TƯ DUY MỚI VỀ TRẺ EM

Cú sốc dưỡng dục

TÁC GIẢ SÁCH BÁN CHẠY NHẤT CỦA *NEW YORK TIMES*

PO BRONSON &
ASHLEY MERRYMAN


THAIHABOOKS
Knowledge for the Future


NHÀ XUẤT BẢN
LAO ĐỘNG - XÃ HỘI

MỤC LỤC

Lời giới thiệu

Vì sao hiểu biết tự nhiên của chúng ta về trẻ em mới chỉ ở điểm xuất phát?

*

Vợ tôi có cảm nhận nghệ thuật tuyệt vời, trừ một điểm. Ở phòng ngủ dành cho khách trong nhà chúng tôi có treo một tác phẩm tĩnh vật bằng nhựa – một chậu hoa phong lữ đỏ, đặt cạnh một can tưới nước màu nâu vàng nhạt, với hàng rào cọc nhọn màu nâu làm nền. Rất xấu xí, nhưng đó chưa phải là tội lỗi lớn nhất của bức tranh. Vấn đề thực sự của tôi là bức tranh đó là sản phẩm của một bộ tô màu theo số.

Mỗi khi nhìn bức tranh, tôi chỉ muốn quẳng vào thùng rác trong góc nhà.

Nhưng vợ tôi không cho làm thế vì bức tranh được bà cô ấy tô màu từ năm 1961. Tôi hoàn toàn ủng hộ việc lưu giữ kỷ vật và nhà chúng tôi chất đầy những thứ đồ cổ của gia đình bên ngoại, nhưng tôi chỉ không nghĩ bức tranh này chứa đựng hay truyền tải cảm xúc gì. Có thể gỡ gạc rằng bà cô ấy mua bộ tô màu theo số đó ở cửa hàng đồ thủ công – với tia sáng le lói về một cuộc sống sáng tạo và nhiều cảm hứng – nhưng tác phẩm hoàn chỉnh, theo ý kiến của tôi, đã xóa bỏ hoàn toàn hy vọng đó. Nó làm giảm giá trị ký ức về bà hơn là giúp tưởng nhớ những ký ức ấy.

Tô màu theo số phát triển nhanh vào đầu những năm 1950. Nó rất được ưa chuộng và là chiếc iPod của thời đó. Nó đã được tiếp thị dựa trên quan điểm cho rằng các thành viên trong gia đình sẽ có vô vàn thời gian rảnh rỗi nhờ máy rửa bát, máy hút bụi và máy giặt. Trong ba năm, công ty Palmer Paint bán được hơn 12 triệu bộ. Nhưng cũng có nhiều ý kiến tranh cãi quanh nó. Các nhà phê bình bị chia rẽ giữa một bên là lý tưởng dân chủ để mọi người được thể hiện bản thân và một bên là cách thể hiện máy móc và dập khuôn đang phát triển.

Hôm đó tôi đang cố gắng hồi tưởng về khoa học phát triển trẻ em trước khi Ashley Merryman và tôi bắt đầu viết cuốn sách này, từ nhiều năm trước, thì hình ảnh chậu hoa phong lữ bất chợt hiện ra trong đầu. Tôi phải về nhà và ngắm nghía bức tranh xấu xí mất cả một buổi tối mới hiểu tại sao. Cuối cùng tôi cũng nhận ra rằng:

Cảm xúc lẫn lộn mà bức tranh tô màu theo số đem lại giống với cảm xúc từ những cuốn sách khoa học về trẻ em vì môn khoa học ấy luôn hàm ý rằng việc nuôi dạy con cái phải "theo sách". Nếu khoa học nói X, bạn phải làm đúng X, giống hệt trò tô màu theo số hướng dẫn người chơi dùng màu Râu ngô và Nâu cháy cho quai cầm của can tưới nước.

Vậy nên nếu vài năm trước có ai đó nói với tôi: "Anh nhất định phải đọc cuốn sách

khoa học mới này về lũ trẻ," tôi sẽ lịch sự cảm ơn anh ta rồi sau đó hoàn toàn phớt lờ gợi ý đó.

Giống hầu hết các bậc cha mẹ khác, vợ chồng tôi mua vài cuốn sách nuôi dạy trẻ khi sinh con trai. Sau năm đầu tiên, chúng tôi cất đi cho tới ba năm sau đó, khi chúng tôi có bé gái thứ hai và những cuốn sách lại trở nên hữu ích. Đến khi con gái được một tuổi, chúng tôi không còn quan tâm tới những cuốn sách đó nữa.

Hầu hết những người bạn của chúng tôi cũng cảm thấy như vậy. Chúng tôi nhất trí sẽ không nuôi dạy con "theo sách", mà cũng không hề muốn thế. Chúng tôi nuôi dạy con cái theo bản năng. Chúng tôi yêu thương con cái hết mực và chăm chút cho nhu cầu và sự phát triển của chúng. Có vẻ thế là đủ.

Cùng thời gian đó, Ashley và tôi đang viết cho tạp chí *Time*. Sống tại Los Angeles, Ashley đã dành nhiều năm điều hành một chương trình gia sư nhỏ cho trẻ em nội thành. Cô ấy là bà tiên đỡ đầu cho khoảng 40 đứa trẻ, luôn hiện diện trong cuộc sống của chúng từ các lớp mẫu giáo cho tới trường trung học. Chỉ dùng bản năng nhưng Ashley chưa bao giờ thiếu ý tưởng về cách thức định hướng cho lũ trẻ trong chương trình của mình. Cô ấy cũng chưa từng bớt nhiệt huyết. Thêm giáo viên và thêm thiết bị trường học là tất cả những thứ Ashley cảm thấy cần.

Nếu như vậy, cả Ashley và tôi đều không biết chúng tôi đang thiếu gì. Chúng tôi không tự nhủ: "Ồ, tôi thực sự cần ôn lại khoa học về sự phát triển của trẻ em, vì tôi đang rối tinh hết cả." Thay vào đó, chúng tôi đang sống khá vui vẻ cho tới khi bắt đầu viết cuốn sách này.

Nghiên cứu khoa học về động cơ của những người trưởng thành và một ngày nọ chúng tôi băn khoăn trẻ con lấy sự tự tin từ đâu và bắt đầu nghiên cứu góc nhìn mới đó. (Bài báo chúng tôi đã viết, đăng ngay trang bìa *New York Magazine* vào tháng Hai năm 2007 và được mở rộng trong Chương 1 của cuốn sách này). Những điều nhận ra khiến chúng tôi ngỡ ngàng, bối rối. Trước khi viết ra câu chuyện, bản năng khiến chúng tôi tin tưởng một cách khá vững chắc rằng khen trẻ thông minh để khích lệ sự tự tin là một việc quan trọng. Tuy nhiên sau đó, chúng tôi đã đã bị thuyết phục rằng thói quen khen trẻ thông minh chỉ mang lại kết quả trái với mong đợi. Việc đó thực ra hủy hoại sự tự tin của lũ trẻ.

Chúng tôi thay đổi hành vi của mình sau khi nghiên cứu việc đó nhưng có một câu hỏi tồn tại, đó là: Tại sao bản năng của chúng ta lại có thể sai lầm đến thế?

Theo hiểu biết lâu nay, bản năng người mẹ là bẩm sinh. Phụ nữ chắc chắn có bản năng ấy, dù né tránh việc sinh nở trong độ tuổi 20, hay tự nghĩ rằng mình không như vậy. Ngay khoảnh khắc sau sinh nở, khi đứa trẻ được trao cho mẹ nó lần đầu tiên, bản năng người mẹ đã trỗi dậy một cách kỳ diệu cùng với các hoóc-môn. Là một người mẹ, bạn sẽ *biết* phải làm gì và sẽ tiếp tục biết trong 18 năm sau đó. Nguồn kiến thức này sẽ đến như một phần của các kỳ rụng trứng tương ứng và mơ ước được đi những đôi giày cao gót đắt tiền.

Nhờ có điều thần kỳ ấy, chúng ta dùng từ "bản năng" để truyền tải kiến thức chung mà trực giác mách bảo từ những kinh nghiệm nuôi dạy lũ trẻ. Nhưng đây là một sự khái quát thái quá về thuật ngữ ấy. Thực ra bản năng thật – khả năng sinh học trỗi dậy đó – là sự thôi

thúc mãnh liệt để nuôi dưỡng và bảo vệ con cái mình. Các nhà thần kinh học thậm chí đã xác định được chính xác mạng lưới nơ-ron trong bộ não - nơi khởi đầu sự thôi thúc ấy. Các cặp cha mẹ có thể trông chờ sự thôi thúc ấy trỗi dậy – nhưng để có thể nuôi dưỡng con cái được tốt nhất, họ phải tìm hiểu thêm.

Nói cách khác: "bản năng" của chúng ta có thể rất sai lầm vì đó không thực sự là bản năng.

Hôm nay, sau ba năm nghiên cứu, Ashley và tôi đã nhận ra những điều chúng tôi tưởng là "bản năng" thực ra chỉ là các phản ứng thông minh và có hiểu biết. Chúng tôi đã thực sự ngộ ra.

Cùng với đó, chúng tôi cũng nghiệm ra rằng những phản ứng ấy đã bị đầu độc bởi một mớ hỗn độn của những mong ước, thành kiến đạo đức, suy nghĩ thời thượng, trải nghiệm cá nhân và hệ tâm lý cổ lỗ (đã được chứng minh là sai) – tất cả là do lẽ thường tình.

Cú sốc dưỡng dục như vẫn thường được dùng, chỉ sự hoảng loạn – phổ biến ở những người mới làm cha mẹ lần đầu – mà nguồn hiểu biết kỳ diệu không hề tự trỗi dậy.

Cuốn sách này sẽ mang tới một cú sốc tương tự – nó sẽ sử dụng khoa học mới rất thú vị về trẻ em để chỉ ra bao nhiêu trong số các giả thuyết nền tảng của chúng ta về lũ trẻ không thể tin cậy được.

Tiền đề chính của cuốn sách này dựa trên rất nhiều phương pháp nuôi dạy trẻ em của xã hội hiện đại, được phát hiện thực ra là sai lầm – bởi vì những nút thắt khoa học quan trọng ấy đã bị bỏ qua.

Những quan điểm sai lầm về trẻ em có được từ đó đã bóp méo thói quen nuôi dạy trẻ, các chương trình học và chính sách xã hội. Chúng ảnh hưởng tới cách chúng ta nghĩ về trẻ em, từ đó ảnh hưởng tới cách chúng ta hiểu hành vi của trẻ và giao tiếp với giới trẻ. Mục đích của cuốn sách không phải là gieo rắc sự hoang mang, mà là để dạy chúng ta nghĩ khác đi – sâu sắc và rõ ràng hơn – về trẻ em. Những thay đổi nhỏ trong suy nghĩ của chúng ta ngày nay có thể thay đổi tính cách của cả xã hội trong tương lai thông qua từng công dân.

Cuốn sách đề cập đến những chủ đề rộng, dành cho những phần có tầm quan trọng tương đương, đó là trí tuệ và đạo đức. Đó là những nhân tố liên quan tới trẻ em trong mọi độ tuổi từ lúc còn nhỏ tới khi thành thiếu niên. Cũng không khác cách tiếp cận một bộ tô màu theo số là mấy. Cụ thể, chúng tôi có những chương dành cho sự tự tin, giấc ngủ, cách nằm, thái độ sắc tộc, trí thông minh, xung đột giữa anh em ruột, sự tự chủ, sự hiếu chiến, lòng biết ơn và sự tiếp thu ngôn ngữ.

Cùng với đó, chúng tôi sẽ khiến các bạn phải suy nghĩ lại về những việc tưởng như hoàn hảo – quá nhiều để có thể liệt kê hết ở đây, nhưng nổi bật trong số đó phải kể đến: lòng tự trọng, chương trình Đào tạo Lái xe, trí tuệ cảm xúc, răn dạy trẻ con không được ba hoa, truyện tranh mang tính giáo dục, nhận biết các tài năng trẻ, quan điểm cho rằng xem ti vi làm trẻ con béo lên và sự thừa nhận rằng một đứa trẻ dám nói "không" trước sức ép của các bạn cùng lứa, chắc chắn là một dấu hiệu tốt.

Chúng tôi chọn những chủ đề này vì nghiên cứu đã làm chúng tôi ngạc nhiên – nó công kích trực diện quan điểm truyền thống về trưởng thành của trẻ nhỏ.

Tuy nhiên, một khi chúng tôi đã phân tích khoa học này và cân nhắc chứng cớ, tự thân cách nghĩ mới về trẻ em tỏ ra rõ ràng, lô-gic và thậm chí là hiển nhiên. Chúng tôi có vẻ không cần nuôi dạy lũ trẻ "theo sách" mà việc đó hoàn toàn tự nhiên như một lẽ thường. Những giả định chúng tôi từng có trở nên vô nghĩa và chỉ còn là sự hiện thân của những mong ước. Một khi đã vượt qua cú sốc ban đầu, chúng tôi thấy mình bị đề tài trẻ em thu hút theo một cách hoàn toàn mới mẻ.

Tác dụng ngược của khen ngợi

Rõ ràng bạn thấy đứa trẻ rất đặc biệt. Nhưng nghiên cứu mới đây cho thấy nếu bạn nói với trẻ điều đó, bạn sẽ làm hư nó. Đó là một thực tế sinh học thần kinh.

*

Chúng ta sẽ khiến một cậu bé như Thomas trở thành người như thế nào nếu ta khen ngợi?

> Thomas là một học sinh lớp Năm ở trường Anderson P.S. 334 trên phố West 84, New York, một trường có mức độ cạnh tranh rất cao. Thomas tinh nghịch mới cắt ngắn mái tóc dài màu hung của mình cho giống James Bond[1] (cậu bé mang ảnh Daniel Craig[2] đến tiệm cắt tóc). Nhưng không giống Bond, cậu ưa thích bộ đồng phục gồm quần túi hộp và một chiếc áo thun chữ T có phù hiệu in hình một trong số những người hùng của cậu: Frank Zappa. Thomas hay chơi với năm bạn cùng trường Anderson. Chúng đều là "những đứa trẻ thông minh." Thomas là một trong số đó và cậu bé thích chơi trong hội ấy.

Từ khi Thomas biết đi, cậu luôn được khen thông minh. Không chỉ bố mẹ mà bất cứ người lớn nào từng gặp cậu bé ranh mãnh này đều nói vậy. Khi cậu bé học mẫu giáo tại Anderson, trí thông minh của cậu đã được minh chứng bằng các con số. Ngôi trường chỉ chấp nhận những ứng viên xuất sắc nhất, tương đương với 1% tổng số các em xin vào học và một bài thi IQ là bắt buộc. Thomas không chỉ lọt vào top 1%. Cậu bé đứng trong top 1% của 1% đó.

Nhưng khi Thomas theo học tại trường, ý thức rằng mình thông minh không giúp cậu chuyển thành sự tự tin khi giải quyết bài tập. Trong thực tế, cha của Thomas nhận thấy điều ngược lại. "Thomas không muốn thử sức với những việc mà nó sẽ không thành công," ông nói. "Có một số điều nó nhận thức rất nhanh, nhưng nếu không như vậy, nó gần như từ bỏ ngay lập tức, tuyên bố rằng 'con không giỏi việc này.'" Chỉ trong chớp mắt, Thomas đã chia thế giới thành hai phần – những việc cậu bé giỏi một cách tự nhiên và những việc cậu không giỏi.

Ví dụ, trong những buổi học ban đầu, Thomas không giỏi đánh vần lắm, vì thế cậu bé rất ngại đánh vần thành tiếng. Lần đầu tiên nhìn thấy phân số, Thomas đã ngần ngại. Vấn đề lớn nhất khi vào lớp Ba, cậu phải học viết chữ hoa, nhưng không chịu thử trong suốt nhiều tuần. Sau đó, giáo viên yêu cầu bài tập về nhà phải được viết bằng chữ hoa. Thay vì học đuổi để biết cách viết, Thomas từ chối thẳng thừng. Cha của Thomas cố gắng giải thích

cho cậu hiểu. “Xem này, con thông minh không có nghĩa là con không phải cố gắng một chút.” (Cuối cùng, cậu bé cũng viết thạo, nhưng người cha đã phải đi theo cậu để dỗ dành không ít.)

Vì sao đứa bé này, dù đứng đầu bảng xếp hạng, lại thiếu tự tin về khả năng giải quyết những thách thức thông thường tại trường học?

Thomas không phải là trường hợp cá biệt. Trong nhiều thập kỷ, người ta nhận thấy một phần lớn học sinh tài năng (những em đứng trong tốp 10 khi làm bài kiểm tra năng lực) tự đánh giá rất thấp khả năng của mình. Những trẻ này buồn rầu vì không nhận thức đầy đủ khả năng của bản thân, chấp nhận tiêu chuẩn thành công thấp hơn và đòi hỏi ít hơn từ chính mình. Các em đó xem nhẹ tầm quan trọng của cố gắng và đánh giá quá cao sự giúp đỡ của cha mẹ.

Các ông bố bà mẹ tin rằng có thể giải quyết vấn đề đó bằng việc khen ngợi sự thông minh của con cái. Theo một điều tra do Đại học Columbia thực hiện, 85% các bậc phụ huynh tại Mỹ cho là việc với con cái rằng chúng thông minh là một việc quan trọng. Tại khu vực New York, theo một cuộc thăm dò ý kiến (phải thừa nhận rằng không mang tính khoa học) của riêng tôi, con số đó lên đến 100%. Mọi *người* đều làm vậy, theo thói quen. “Cháu thật thông minh” có vẻ như là một câu cửa miệng.

Mọi người thừa nhận rằng nếu một đứa trẻ tin rằng nó thông minh (do người khác nói đi nói lại như vậy) thì nó sẽ không e sợ những thách thức trên con đường học tập. Những lời khen ngợi thường xuyên được coi như một thiên thần hộ mệnh trên vai, đảm bảo bọn trẻ sẽ không đánh giá thấp tài năng của mình.

Nhưng một cơ quan nghiên cứu đang phát triển – và một đề tài từ những ngóc ngách của hệ thống trường công lập tại Thành phố New York – chỉ ra một cách thuyết phục rằng thực tế có thể hoàn toàn ngược lại. Gắn cho lũ trẻ cái mác “thông minh” không giúp chúng thông minh hơn. Điều này có thể khiến bọn trẻ thể hiện kém cỏi hơn.

*

Bà Carol Dweck hiện đang giảng dạy tại Stanford, trước kia một thời gian dài bà đã sống ở New York; bà sinh ra ở Brooklyn, theo học đại học tại Barnard và dạy học tại Columbia đã vài chục năm. Và công dân mới của bang California và cũng là một phụ nữ “cứng đầu”, bà vừa lấy được bằng lái xe ở tuổi 60. Những giảng viên Stanford khác đùa rằng bà sẽ trưng diện những bộ cánh tươi tắn, nhưng đến nay Dweck vẫn trung thành với màu đen New York – bốt da lộn đen, váy đen, áo khoác đen gọn gàng. Tất cả đều hợp với mái tóc và đôi mắt to của bà – một bên luôn nhướn lên như thể đang hoài nghi. Nhỏ nhắn như một chú chim, bà sử dụng đôi tay với những điệu bộ khéo léo, như thể bà đang đặt ý tưởng của mình ngay trước mặt, xoay vần nó trong một không gian ba chiều. Tuy nhiên, Dweck lại không nói chuyện một cách nôn nóng như hầu hết những người New York. Bà nói chuyện như đang đọc một bài hát ru trẻ con, với những phút trầm bổng nhẹ nhàng như một vở kịch.

Trong 10 năm qua, Dweck và nhóm nghiên cứu của bà ở Columbia đã nghiên cứu tác

động của lời khen tới các học sinh của 20 trường học tại New York. Công trình còn trong trứng nước của bà – một loạt thí nghiệm với 400 học sinh lớp Năm – vẽ nên một bức tranh khá rõ nét. Trước khi có những thí nghiệm đó, khen ngợi trí thông minh được chứng minh giúp tăng thêm sự tự tin của trẻ nhỏ. Nhưng Dweck nghi ngờ điều này sẽ có tác động ngược lại trong lần đầu bọn trẻ nếm trải thất bại hoặc gặp khó khăn.

Dweck gửi bốn nữ trợ lý nghiên cứu tới các lớp Năm ở New York. Các nghiên cứu viên sẽ chọn một em từ lớp học và cho làm một bài kiểm tra IQ không dùng từ ngữ gồm một loạt câu đố - các câu đố đủ dễ để tất cả bọn trẻ đều làm được tương đối tốt. Khi đứa trẻ hoàn thành bài kiểm tra, nghiên cứu viên cho từng đứa trẻ biết số điểm, sau đó đưa cho một dòng ngợi khen ngắn ngủi. Được chia một cách ngẫu nhiên thành các nhóm, một số em được khen ngợi về trí thông minh. Các em nhận được câu: "Em hẳn rất giỏi về lĩnh vực này." Các học sinh khác được khen về sự cố gắng: "Hẳn em đã học rất chăm chỉ." Vì sao chỉ một câu ngợi khen ngắn ngủi như vậy? "Chúng tôi muốn xem bọn trẻ nhạy cảm tới mức nào: " Dweck giải thích. "Chúng tôi có linh cảm rằng chỉ một câu vậy thôi có lẽ đã đủ để thấy tác động tới lũ trẻ."

Sau đó bọn trẻ được lựa chọn bài kiểm tra sẽ làm trong vòng thứ hai. Chúng có thể chọn một bài kiểm tra khó hơn lần thứ nhất, các nghiên cứu viên đảm bảo với lũ trẻ rằng sẽ học hỏi được nhiều trong khi giải các câu đố đó. Lựa chọn còn lại, nhóm của Dweck giải thích, là một bài kiểm tra dễ như vòng trước. Trong số những đứa trẻ được khen ngợi đã có cố gắng, 90% lựa chọn bộ câu hỏi *khó hơn*. Còn đa số những đứa trẻ được khen ngợi về trí thông minh chọn làm bài kiểm tra dễ. Những đứa trẻ "thông minh" đó đã né tránh vấn đề.

Vì sao điều này xảy ra? "Khi chúng ta khen ngợi lũ trẻ về trí thông minh," Dweck viết trong tổng kết nghiên cứu của mình: "chúng ta đã nói với chúng mục tiêu chính ở đây là: hãy tỏ ra thông minh, đừng liều lĩnh mắc lỗi." Và đó chính là điều những học sinh lớp Năm ấy làm theo. Chúng chọn tỏ ra thông minh và tránh rủi ro bị mất mặt.

Trong vòng tiếp theo, những học sinh lớp Năm đó không được lựa chọn. Bài kiểm tra khó, dành cho những đứa trẻ học trên chúng hai lớp. Như dự kiến, tất cả bọn trẻ đều trượt. Nhưng một lần nữa, hai nhóm học sinh được chia ngẫu nhiên từ đầu cuộc nghiên cứu, có hai cách phản ứng khác nhau. Những em được khen ngợi về sự cố gắng trong bài kiểm tra đầu tiên nghĩ đơn giản là chúng chưa tập trung tốt cho bài kiểm tra này. "Chúng dành hết tâm trí làm bài, quyết tâm thử mọi cách giải câu đố," Dweck nhớ lại. "Nhiều em trong số đó bày tỏ, không hề bị kích động chút nào: "Đây là bài kiểm tra yêu thích của em."" Mọi việc không hề như vậy đối với các em được khen ngợi về trí thông minh. Chúng cho rằng thất bại là bằng chứng mình không thực sự thông minh. "Chỉ nhìn thôi bạn cũng thấy chúng căng thẳng thế nào. Chúng vã mồ hôi, trông rất khổ sở."

Sau khi tạo dựng một vòng thi thất bại, những nghiên cứu viên của Dweck cho bọn trẻ lớp Năm làm một vòng kiểm tra cuối cùng ở mức độ dễ như vòng đầu tiên. Những em được khen ngợi về sự cố gắng cải thiện đáng kể số điểm của mình ở vòng đầu – tới khoảng 30%. Những em đã được khen về trí thông minh có kết quả kém hơn – khoảng 20%.

Dweck đã từng nghi ngờ khen ngợi có thể gây phản tác dụng, nhưng chính bà cũng ngạc nhiên vì mức độ nghiêm trọng của việc đó. "Nhấn mạnh vào sự nỗ lực sẽ mang lại cho

đứa trẻ một biến số mà chúng có thể kiểm soát được," bà giải thích. "Chúng thấy mình làm chủ được thành công của bản thân. Nhấn mạnh vào trí tuệ tự nhiên khiến thành công vượt ra ngoài tầm kiểm soát của đứa trẻ và không đưa ra được liều thuốc tốt khi lũ trẻ đối mặt với thất bại."

Trong những cuộc phỏng vấn tiếp theo, Dweck phát hiện ra những đứa trẻ nghĩ rằng trí tuệ bẩm sinh là chìa khóa của thành công bắt đầu coi nhẹ tầm quan trọng của cố gắng. Tôi *thông minh,* bọn trẻ lý luận; *tôi không cần phải cố gắng*. "Cố gắng" trở thành một việc xấu – một bằng chứng công khai rằng bạn không thể dựa vào tài năng tự nhiên của bản thân.

Lặp lại những thí nghiệm của mình, Dweck nhận thấy tác động của khen ngợi lên hành vi đúng với học sinh ở mọi tầng lớp xã hội. Nó ảnh hưởng tới cả các bé trai và các bé gái – đặc biệt những cô bé thông minh nhất (chúng suy sụp ngay trong thất bại đầu tiên sau đó). Ngay cả học sinh mẫu giáo cũng không tránh được tác động trái ngược của lời khen.

*

Jill Abraham là mẹ của ba đứa trẻ ở Scarsdale và cô có quan điểm tiêu biểu cho những người tham gia thăm dò ý kiến không chính thức của tôi. Tôi kể với Jill về nghiên cứu của Dweck và cô không tỏ thái độ quan tâm tới những thí nghiệm ngắn, lại được tiến hành chưa lâu này. Abraham là một trong số 85% người được hỏi, cho rằng khen trẻ con thông minh là một việc quan trọng.

Jill giải thích, gia đình cô ở tại một khu dân cư mà để vào được nhà trẻ, các bé phải có một cuộc chạy đua với nhau. "Trẻ nào không tin tưởng vào bản thân sẽ bị bắt nạt – không chỉ trên sân chơi, mà cả trong lớp học." Vì thế Jill muốn tạo cho những đứa con của cô sự tin tưởng mạnh mẽ vào khả năng thiên bẩm của chúng. Cô khen chúng một cách tùy tiện. "Tôi không quan tâm các chuyên gia nói gì," Jill ngang ngược. "Tôi sống vậy".

Jill không phải là người duy nhất thể hiện thái độ coi thường "chuyên gia". Nhiều người cũng cho rằng những thí nghiệm ngắn trong hoàn cảnh được sắp đặt không thể so được với sự sáng suốt của các ông bố bà mẹ đang nuôi nấng đứa trẻ hàng ngày.

Ngay cả những người chấp nhận nghiên cứu mới về lời khen cũng khó áp dụng kết quả này vào thực tế. Sue Needleman vừa là mẹ của hai đứa trẻ, vừa là một giáo viên tiểu học với 11 năm kinh nghiệm. Năm ngoái, cô là giáo viên lớp Bốn ở trường Tiểu học Ridge Ranch tại Paramus, New Jersey. Cô chưa từng biết tới Carol Dweck, nhưng ý tưởng chính trong nghiên cứu của Dweck đã lọt tới trường cô và Needleman đã học cách nói: "Tôi đánh giá cao việc em luôn phấn đấu." Cô cố gắng đưa ra những lời khen cụ thể, thay vì chung chung, để một đứa trẻ biết chính xác nó đã làm gì để có được lời khen ấy (và vì thế có thể được khen ngợi thêm). Thỉnh thoảng cô sẽ nói với một đứa trẻ: "Em rất giỏi môn toán," nhưng sẽ không bao giờ nói với đứa khác rằng nó học toán rất tệ.

Nhưng đó là những điều cô làm được ở trường, với tư cách một giáo viên. Khi về nhà, các thói quen cũ thật khó bỏ. Đứa con gái tám tuổi và con trai năm tuổi của cô thực sự rất thông minh và đôi khi cô nhận ra mình vừa nói: "Thật tuyệt vời. Con đã làm được rồi đấy. Thông minh lắm." Khi tôi gặng hỏi, Needleman nói những thứ hàn lâm thường có vẻ giả

tạo. "Khi tôi đọc những đoạn đối thoại mô phỏng, ý nghĩ đầu tiên của tôi là, Ôi, tôi xin. *Thật cũ rích.*"

Các giáo viên tại trường cấp Hai Life Sciences ở East Harlem không có chung băn khoăn với Needleman, vì họ đã chứng kiến những lý thuyết của Dweck được áp dụng cho học sinh trung học cơ sở tại trường mình ra sao. Dweck và người được bà bảo trợ, Lisa Blackwell, đã đăng một bài trên tạp chí *Phát triển Trẻ em* (Child Development) về tác động của việc can thiệp kéo dài một học kỳ nhằm cải thiện điểm toán cho học sinh.

Life Sciences là một trường chuyên về khoa học thể chất với nhiều mục tiêu tham vọng nhưng 700 học sinh của trường phần lớn đang ở độ tuổi vị thành niên và thiếu quyết tâm. Blackwell chia bọn trẻ thành hai nhóm tham gia một hội thảo gồm tám phần. Nhóm chỉ huy được dạy các kỹ năng học bài, những em còn lại học kỹ năng và thêm một phần đặc biệt, vì sao trí thông minh không phải là do bẩm sinh. Những học sinh này lần lượt đọc to một bài luận về cơ chế não bộ sản sinh các nơ-ron mới khi bị kích thích. Chúng xem hình ảnh não bộ và diễn các vở kịch vui ngắn. "Ngay trong lúc đang dạy những kiến thức này," Blackwell nhận thấy: "tôi vẫn nghe thấy học sinh đùa cợt, gọi nhau là 'đồ ngốc' hay 'đồ ngu.'" Sau khi dạy xong phần nội dung này, Blackwell theo dõi điểm số của các học sinh xem có tác dụng gì không.

Không mất nhiều thời gian để thấy hiệu quả. Giáo viên – những người không biết học sinh nào đã được phân vào hội thảo nào – đã có khả năng nhận ra nhóm học sinh được dạy rằng trí thông minh của con người là thay đổi được. Chúng cải thiện thói quen học tập và điểm số. Chỉ trong một học kỳ, Blackwell đã đảo ngược xu thế giảm của điểm toán vốn tồn tại từ lâu.

Điểm khác biệt duy nhất giữa nhóm chỉ huy và nhóm còn lại là hai bài học, tổng cộng 50 phút giảng dạy không phải môn toán mà chỉ một ý tưởng: bộ não là một cơ. Bắt nó luyện tập nhiều hơn sẽ khiến em thông minh hơn. Chỉ điều đó thôi cũng cải thiện điểm toán của bọn trẻ.

*

Sự chân thành của lời khen cũng mang tính quyết định. Theo Dweck, lỗi lớn nhất mà cha mẹ phạm phải là cho rằng học sinh chưa đủ tinh tường để nhận ra, để cảm thấy mục đích thực sự của chúng ta. Cũng giống như khi chúng ta phát hiện ra ý nghĩa thật của một lời khen mỉa mai hay một lời xin lỗi không thành thật, bọn trẻ cũng xem xét kỹ lời khen để tìm ra ý định ẩn chứa trong đó. Chỉ trẻ nhỏ – dưới bảy tuổi – mới tin vào mỗi câu chữ của lời khen: những đứa lớn tuổi hơn cũng nghi ngờ nhiều như người lớn vậy.

Nhà tâm lý học Wulf-Uwe Meyer- một người tiên phong trong lĩnh vực này- tiến hành một loạt các nghiên cứu trong đó trẻ em được quan sát các học sinh khác nhận lời khen. Theo những phát hiện của Meyer, đến khi 12 tuổi, bọn trẻ tin rằng được giáo viên khen ngợi không có nghĩa là bạn làm tốt mà thực ra là dấu hiệu bạn thiếu năng lực và giáo viên nghĩ bạn cần được động viên thêm. Chúng đã tìm ra khuôn mẫu: những đứa trẻ tụt lại đằng sau ngập trong lời khen. Meyer đã nhận thấy rằng thanh thiếu niên, trong một chừng mực nào đó, lại đánh giá thấp lời khen tới mức chúng tin rằng đó là lời phê bình của giáo viên –

trong trường hợp này lời khen không hề nhằm mục đích khen ngợi mà nhằm vào việc truyền cho học sinh niềm tin vào khả năng của bản thân.

Theo quan điểm của nhà khoa học về nhận thức Daniel T. Willingham, một giáo viên khi khen học sinh có thể đang vô tình gửi đi thông điệp học sinh đó đã chạm tới giới hạn của năng lực bẩm sinh, còn một giáo viên phê bình học sinh truyền đạt thông điệp cậu ta có thể cải thiện thành tích nhiều hơn nữa.

Giáo sư tâm thần học Judith Brook tại Đại học New York giải thích đây là một kết luận đáng tin cậy. “Lời khen rất quan trọng, nhưng không phải những lời khen ngớ ngẩn,” cô nói. “Lời khen phải dựa trên sự thật – một kỹ năng hoặc tài năng bọn trẻ thực sự có.” Ngay khi được khen ngợi, bọn trẻ sẽ nghĩ chúng không xứng đáng và coi thường không chỉ những lời khen không chân thành mà cả những lời khen chân thành.

Khen ngợi quá mức cũng bóp méo động lực của trẻ em; chúng bắt đầu làm việc chỉ để được khen, mất ý niệm về niềm vui thực sự. Các học giả từ Cao đẳng Reed và Stanford đã xem xét hơn 150 nghiên cứu về lời khen. Công trình phân tích tỉ mỉ của họ khẳng định những học sinh được khen ngợi sẽ không liều lĩnh và thiếu tính độc lập. Các học giả phát hiện mối tương quan nhất quán giữa sử dụng tùy tiện lời khen và hiện tượng học sinh “thiếu kiên trì, hay nhìn thăm dò giáo viên và giọng điệu bất thường, như việc câu trả lời lại có ngữ điệu của câu hỏi.” Khi học tới đại học, những học sinh được khen quá nhiều thà bỏ học giữa chừng còn hơn chịu đựng điểm số môn học thấp và chúng gặp khó khăn khi phải lựa chọn chuyên ngành – chúng sợ gắn bó vì lo lắng trường hợp không thành công.

Một giáo viên dạy tiếng Anh tại một trường trung học ở ngoại ô New Jersey cho tôi biết cô có thể nhận ra những em được khen ngợi thái quá trong gia đình. Bố mẹ các em *nghĩ* họ chỉ đang ủng hộ con mình, nhưng các học sinh cảm nhận được kỳ vọng của bố mẹ và cảm thấy áp lực tới mức không thể tập trung vào môn học nữa mà chỉ nghĩ tới điểm số. “Một bà mẹ nói với tôi rằng, ‘Cô đang hủy hoại lòng tự trọng của con tôi,’ vì tôi đã cho con trai bà ấy một điểm C. Tôi nói với bà ấy, ‘Con bà có khả năng làm bài tốt hơn.’ Trách nhiệm của tôi không phải làm chúng *cảm thấy* tốt hơn mà là giúp chúng *làm* tốt hơn.”

Trong khi chúng ta có thể tưởng tượng ra những đứa trẻ được khen ngợi quá mức sẽ trở thành những kẻ yếu đuối sống không mục đích, các nhà nghiên cứu lại chỉ ra hậu quả ngược lại. Dweck và những người khác đã phát hiện ra những đứa trẻ thường xuyên được khen ngợi trở nên ganh đua hơn và thích thú hơn với việc hạ bệ người khác. Giữ gìn hình ảnh trở thành mối quan tâm hàng đầu của chúng. Hàng loạt những nghiên cứu đáng báo động – vẫn do Dweck thực hiện – làm sáng tỏ điều này.

Một trong các nghiên cứu đó được thực hiện như sau, học sinh được giao hai bài kiểm tra toán đố. Giữa bài thứ nhất và thứ hai, chúng được chọn giữa: học một thuật toán đố mới để làm bài thứ hai hoặc tìm hiểu xem chúng làm bài như thế nào so với những học sinh khác trong bài thứ nhất và chỉ đủ thời gian làm một trong hai việc đó. Kết quả là những học sinh được khen về trí thông minh chọn tìm hiểu bảng xếp hạng trong lớp, chứ không dùng thời gian đó để chuẩn bị làm bài thứ hai.

Trong một nghiên cứu khác, các học sinh nhận được một bản tự đánh giá và được cho

biết những bản đó sẽ được gửi cho học sinh một trường khác mà chúng không bao giờ gặp và biết tên. Trong số những học sinh được khen thông minh, 40% nói dối, thổi phồng điểm số của mình. Còn trong số các em được khen về cố gắng, ít em nói dối.

Khi vào trung học, một số học sinh học giỏi ở tiểu học phải vật lộn trong một môi trường rộng lớn hơn và đòi hỏi cao hơn. Những em coi thành công trước đó là nhờ năng lực bẩm sinh cảm thấy mình thật ngu ngốc. Điểm số của nhóm này không bao giờ tốt lên, vì sự nỗ lực - thứ có vẻ là chìa khóa để trở lại như trước, lại bị coi là bằng chứng rõ ràng hơn của thất bại. Trong các cuộc phỏng vấn, nhiều em thú nhận sẽ "cân nhắc một cách nghiêm túc khả năng gian lận."

Học sinh gian lận vì chưa có chiến lược đối mặt với thất bại. Vấn đề ở chỗ cha mẹ lờ đi thất bại của các con và khẳng định chúng sẽ làm tốt hơn trong lần sau. Học giả Jennifer Croker ở Michigan nghiên cứu chính kịch bản này và giải thích rằng đứa trẻ có thể dần tin thất bại là một điều thật khủng khiếp, gia đình không thể chấp nhận sự tồn tại của thất bại. Đứa trẻ không có cơ hội thảo luận về các sai lầm, không thể học được gì từ đó.

Gạt thất bại sang một bên và tập trung vào những điều tích cực không phải là chuẩn mực ứng xử. Học giả trẻ Florrie tại Đại học Illinoise đã thực hiện lại mô hình của Dweck với các học sinh lớp Năm ở cả Illinoise và Hồng Kông. Tiến sĩ Florrie thêm một khía cạnh thú vị vào thí nghiệm. Thay vì để bọn trẻ làm các bài kiểm tra IQ ngắn ở trường của chúng, mẹ bọn trẻ đưa chúng tới văn phòng của các nhà nghiên cứu ở trường đại học (cả ở Champaign-Urbana và Đại học Hồng Kông). Trong khi các bà mẹ ngồi trong phòng đợi, một nửa số trẻ ngẫu nhiên được đưa cho bài kiểm tra rất khó, đến mức chúng chỉ có thể làm đúng khoảng một nửa – với mục đích tạo cho chúng cảm giác thất bại. Sau đó, bọn trẻ được nghỉ giải lao năm phút trước khi làm bài kiểm tra thứ hai và các bà mẹ được cho phép vào nói chuyện với con mình trong phòng thi. Trong lúc đi vào, các bà mẹ được thông báo điểm số thực của con mình và bị nói dối – rằng điểm số này là kết quả dưới mức trung bình. Máy quay bí mật ghi hình cuộc tương tác trong năm phút giữa mẹ và con.

Các bà mẹ Mỹ thận trọng tránh đưa ra những bình luận tiêu cực. Họ vẫn tỏ ra khá vui vẻ và tin tưởng vào con mình. Phần lớn thời gian dành để nói về những chuyện ngoài lề chứ không phải bài kiểm tra sắp tới, ví dụ như họ sẽ ăn món gì vào bữa tối. Nhưng các em bé Trung Quốc lại phải nghe những câu: "Con đã không tập trung khi làm bài," và "Hãy xem lại bài thi của mình." Phần lớn giờ nghỉ dành để thảo luận về bài kiểm tra và tầm quan trọng của nó.

Sau giờ nghỉ, điểm số bài thi lại của trẻ Trung Quốc tăng vọt 33%, gấp hơn hai lần mức tiến bộ của các trẻ em Mỹ.

Mấu chốt của vấn đề dường như nằm ở cách cư xử khắc nghiệt và tàn nhẫn của các bà mẹ Trung Quốc – nhưng cái nhìn đó thật ra không phản ánh cách nuôi dạy hiện đại ở Hồng Kông. Dù lời lẽ rất kiên quyết, các bà mẹ Trung Quốc luôn mỉm cười và ôm con mình cũng nhiều như các bà mẹ Mỹ (và không hề nhíu mày hay cao giọng hơn).

*

Con trai tôi, Luke, đang học mẫu giáo. Nó có vẻ rất nhạy cảm với những nhận xét mạnh mẽ của các bạn cùng lứa. Luke biện hộ rằng: “Con nhát,” nhưng nó không thực sự nhát. Luke không sợ các thành phố lạ hay nói chuyện với người lạ và ở trường, nó đã hát trước rất đông khán giả. Tôi sẽ nói là Luke khá kiêu hãnh và tự giác. Trường có đồng phục đơn giản (áo thun chữ T màu xanh hải quân, quần cũng màu xanh hải quân) và nó vui vì dù mặc quần áo thế nào cũng sẽ không bị giễu cợt: “vì chúng cũng đang tự chế nhạo mình thôi.”

Sau khi đọc nghiên cứu của Carol Dweck, tôi bắt đầu dần thay đổi cách khen con. Tôi cho rằng mình đang lưỡng lự về việc Dweck nhất quyết muốn học sinh tin rằng cách đứng dậy từ thất bại là làm việc chăm chỉ hơn dường như quá sáo rỗng: cố gắng, cố gắng nữa.

Sau đó tôi cố gắng dùng những lời khen cụ thể mà Dweck gợi ý. Tôi khen Luke, nhưng cố gắng khen “phương pháp” của nó. Việc này quả thật nói dễ hơn làm. Phương pháp nào trong đầu một đứa trẻ năm tuổi cơ chứ? Theo cảm giác của tôi, 80% bộ não của nó xử lý những kịch bản dài dòng để đưa ra hành động.

Luke vẫn làm bài tập toán hàng tối và phải đọc sách phát âm. Mỗi việc mất khoảng năm phút nếu tập trung, nhưng nó rất dễ xao lãng. Vì thế tôi khen nó có khả năng tập trung làm bài mà không cần nghỉ giải lao. Sau trận bóng đá, tôi khen nó quan sát và dẫn bóng tốt, thay vì chỉ nói: “Con chơi rất hay.” Và nếu nó nỗ lực tranh bóng, tôi khen nó đã cố gắng.

Đúng như nghiên cứu đã hứa hẹn, những lời khen cụ thể ấy giúp con tôi nhận ra các chiến thuật nó có thể áp dụng vào ngày hôm sau. Sự hiệu nghiệm rõ ràng của cách khen mới này thật tuyệt vời.

Khen con đã trở thành liều thuốc chữa bách bệnh cho những lo âu của các ông bố bà mẹ hiện đại. Đứng ngoài cuộc sống của con cái từ bữa sáng tới bữa tối, chúng ta đẩy cảm xúc lên trên mức bình thường khi về nhà. Trong một vài tiếng đồng hồ ở bên con, chúng ta muốn chúng nghe những điều chúng ta không thể nói trong suốt ngày hôm đó – *Chúng ta đứng về phía con, chúng ta ở đây vì con, chúng ta tin vào con.*

Bằng một cách tương tự, chúng ta đặt con cái mình vào những môi trường đầy áp lực, tìm những ngôi trường tốt nhất có thể, sau đó chúng ta ngợi khen không dứt để xoa dịu căng thẳng từ những môi trường đó. Chúng ta mong đợi quá nhiều ở con cái, nhưng che giấu mong muốn đó sau những lời khen hào nhoáng không ngớt. Sự giả dối trở nên rõ mồn một.

Sau cùng, trong bước cuối để rút lui, tôi nhận ra không nói với con trai mình rằng nó thông minh nghĩa là tôi đang để nó tự kết luận về trí tuệ của mình. Can thiệp bằng khen ngợi giống như nhảy vào bài tập về nhà của nó quá sớm cùng đáp án và tước đi cơ hội để con trai tôi tự suy luận.

Nhưng nếu nó kết luận sai thì sao?

Liệu tôi có nên thực sự mặc kệ nó, nó chỉ mới bằng ấy tuổi?

Tôi vẫn là một ông bố hay lo. Sáng nay, tôi kiểm tra nó trên đường đến trường: “Bố hỏi

lại, điều gì xảy ra với bộ não của con khi phải nghĩ về một việc khó?”

“Nó lớn lên, giống như một cơ,” nó đáp, như đã từng vượt qua câu hỏi này một cách xuất sắc trong lần trước.

Thời gian bị đánh mất

Trên khắp thế giới, trẻ em ngủ ít hơn một giờ đồng hồ so với 20 năm trước. Cái giá phải trả: sự xuống cấp của điểm IQ, các vấn đề tâm lý, ADHD (bệnh tăng động, giảm tập trung) và bệnh béo phì.

*

Morgan Fitcher, 10 tuổi, là học sinh lớp Năm tại Roxbury, New Jersey. Cô bé nhỏ nhắn có nước da trắng với tàn nhang lấm tấm trên mũi và một mái tóc quăn màu nâu nhạt. Bố cô bé, Bill, là một sĩ quan cảnh sát làm nhiệm vụ tới ba giờ sáng. Mẹ cô, Heather, một người làm việc bán thời gian, dành hết tâm trí để sắp xếp hoạt động ngoại khóa của Morgan và cậu em trai. Morgan chơi bóng đá (Heather là huấn luyện viên của đội) nhưng tình yêu số một của Morgan là môn bơi, môn thể thao đầy tính cạnh tranh, quanh năm luyện tập khiến vai cô bé rất nở. Cô bé còn chơi vĩ cầm trong dàn nhạc của trường, với hai buổi luyện tập và một giờ học riêng mỗi tuần, ngoài năm buổi tối tự tập một mình. Tối tối, Heather cùng ngồi làm bài tập về nhà với con gái, sau đó xem chương trình Cùng Tân trang Căn nhà *(Flip This House)* hoặc một chương trình giải trí khác trên TLC. Morgan luôn tỏ ra là một đứa trẻ năng nổ và cân bằng.

Nhưng khi Morgan học một năm với một cô giáo khắt khe, cô bé không còn thời gian nghỉ ngơi vào buổi tối nữa. Mặc dù nên đi ngủ lúc 9h30, cô bé thường trằn trọc trong nỗi thất vọng tới 11h30, đôi khi đến tận nửa đêm, vặn vẹo chiếc gối lông báo của mình. Trên bức tường phòng ngủ màu tía có đốm nhạt dán những phiếu chỉ số, mỗi phiếu đều làm Morgan khó chịu. Không ngủ được, cô bé trở dậy học bài, quyết tâm không nhận điểm kém. Thay vào đó, Morgan thấy tinh thần mình suy sụp, suốt ngày cáu kỉnh, rất dễ khóc và thỉnh thoảng còn ngủ gật trong lớp.

Morgan chuyển khỏi lớp của cô giáo đó sau một học kỳ, nhưng tiếp tục thiếu ngủ. Heather bắt đầu lo lắng vì sao cô con gái không thể ngủ được. Có phải do căng thẳng, hay do hoóc-môn? Chị cấm con uống sô-đa có caffeine, đặc biệt sau buổi trưa, sau khi để ý thấy một lon cô-la vào buổi chiều có thể khiến con gái mình thức tới 2 giờ sáng. Morgan đã gắng hết sức củng cố tinh thần, nhưng mỗi tháng hai lần, cô bé phải đối mặt với việc suy sụp cảm xúc, một kiểu giận dỗi gào khóc thái quá thường chỉ thấy ở những đứa trẻ ba tuổi không được ngủ trưa. “Tôi thấy rất buồn cho con gái” Heather tuyệt vọng. “Tôi không mong điều này xảy ra với bất kỳ ai – tôi lo vấn đề này sẽ theo nó cả cuộc đời.”

Lo ngại về sức khỏe của Morgan, chị Heather hỏi bác sỹ nhi khoa về giấc ngủ của con mình. “Ông ấy gần như đuổi tôi ra, không hề tỏ ra quan tâm,” chị nhớ lại. “Ông ấy nói: ”Cô bé đôi khi mệt mỏi. Nó sẽ vượt qua khi lớn lên.’”

Ông bác sỹ nhi khoa mà Heather gặp có quan điểm tiêu biểu cho giới bác sĩ nhi. Theo những nghiên cứu của Tổ chức Cải thiện Chất lượng Giấc ngủ Hoa Kỳ – 90% các ông bố bà mẹ Mỹ nghĩ rằng con mình đang ngủ đủ giờ.

Những đứa trẻ là những người nói điều ngược lại. 60% học sinh trung học cho biết mình cực kỳ buồn ngủ vào ban ngày. Một phần tư thừa nhận điểm số rớt vì lý do đó. Tùy thuộc vào môn học, ở khắp nơi, từ 20% tới 30% học sinh ngủ gật trong lớp ít nhất một lần một tuần.

Các số liệu nghiên cứu ban đầu cũng ủng hộ lũ trẻ. Một nửa số trẻ vị thành niên ngủ ít hơn bảy tiếng đồng hồ vào các ngày trong tuần. Đến khi chúng học năm cuối trung học, theo những nghiên cứu của Frederick Danner ở Đại học Kentucky, trung bình mỗi tối chúng chỉ ngủ hơn 6,5 tiếng một chút. Chỉ 5% số học sinh năm cuối trung học ngủ trung bình tám tiếng. Chúng ta hẳn vẫn còn nhớ mình đã mệt mỏi như thế nào khi còn đi học. Nhưng không giống lũ trẻ bây giờ.

Chúng ta đã bỏ qua một sự thật là trẻ em – từ tiểu học tới trung học – ngủ ít hơn một tiếng đồng hồ so với 30 năm trước. Dù các bậc phụ huynh hiện đại bị ám ảnh về giấc ngủ của con trẻ, giấc ngủ của trẻ em vẫn rớt khỏi danh mục ưu tiên sau khi trẻ qua mẫu giáo. Ngay cả học sinh mầm non cũng ngủ ít hơn ngày trước 30 phút.

Nguyên nhân gây ra một tiếng đồng hồ mất đi này cũng nhiều như số kiểu gia đình đang có trong xã hội. Lịch hoạt động dày đặc, gánh nặng bài tập về nhà, thời gian đi ngủ lỏng lẻo, ti vi và điện thoại di động trong phòng ngủ – tất cả đều góp phần làm trẻ ngủ ít đi. Và cả sai lầm của các ông bố bà mẹ nữa; khi trở về nhà sau giờ làm việc lúc trời đã tối, muốn dành thời gian ở bên con cái và không muốn làm một kẻ khó tính thúc ép chúng đi ngủ. (Một nghiên cứu từ Đảo Rhode cho kết quả 94% học sinh trung học tự quyết định giờ đi ngủ). Tất cả những lý do này có một điểm chung đơn giản là sự phớt lờ tùy tiện – tới nay, chúng ta vẫn đang lờ đi một giờ bị mất đó vì chưa bao giờ thật sự biết tác hại hiện hữu của nó với con cái mình.

Sử dụng các công cụ thống kê và các công nghệ mới được phát triển, các nhà khoa học về giấc ngủ gần đây đã có thể tách biệt và đo lường ảnh hưởng của đúng một giờ bị mất này. Vì bộ não của trẻ là những công trình tiếp tục hoàn thiện cho tới năm 21 tuổi và bởi vì phần lớn công cuộc đó diễn ra khi trẻ đang ngủ, một giờ bị mất này có tác động cấp số mũ tới trẻ nhỏ, điều không hề xảy ra đối với người lớn.

Điều bất ngờ không đơn thuần là giấc ngủ có *ý nghĩa quan trọng* – mà là quan trọng tới mức nào, với điều kiện chứng minh được, không chỉ dựa vào các nghiên cứu hàn lâm và sự kiên định của cảm xúc, mà dựa vào các hiện tượng chúng ta tưởng như không hề liên quan, ví dụ như nạn béo phì trên toàn thế giới và gia tăng số ca ADH[1]. Một số ít nhà khoa học đưa ra lý thuyết rằng các vấn đề về giấc ngủ trong những năm phát triển có thể gây ra những thay đổi vĩnh viễn trong cấu trúc bộ não của trẻ, với những tổn thương không thể vượt qua bằng giấc ngủ như một người lớn vượt qua trận rượu. Thậm chí nhiều nét tính cách tiêu biểu của trẻ em trong độ tuổi 8-12 và thanh thiếu niên – buồn rầu, chán nản và cả nhậu nhẹt – thực ra chỉ là các triệu chứng của thiếu ngủ kinh niên.

Nhờ lợi ích của quét cộng hưởng từ, các nhà nghiên cứu giờ đây bắt đầu hiểu chính xác thiếu ngủ gây tổn hại tới bộ não của trẻ em như thế nào. Ví dụ, những đứa trẻ mệt mỏi không thể nhớ những gì vừa học vì các nơ-ron mất tính tạo hình, không thể tạo các liên kết tiếp hợp cần thiết để mã hóa một ký ức.

Một cơ chế khác cũng giải thích tại sao trẻ em lơ đễnh trong lớp học. Mất ngủ làm giảm khả năng chiết xuất đường glucoza trong máu. Không có dòng năng lượng cơ bản này, một phần của bộ não phải chịu đựng nhiều hơn phần còn lại – phần vỏ não trước trán, chịu trách nhiệm về một phần gọi là "Chức năng Điều hành". Trong số những chức năng điều hành này có sự phối hợp các suy nghĩ để đạt mục đích, dự đoán kết quả và nhận thức các kết quả của hành động. Vì vậy, những người mệt mỏi gặp khó khăn kìm hãm sự bốc đồng và các mục tiêu trừu tượng như học tập dễ bị xếp sau những trò tiêu khiển thú vị hơn. Tình trạng mệt mỏi của bộ não rất dai dẳng – nó bị kẹt ở câu trả lời sai và không thể đưa ra một giải pháp sáng tạo hơn, liên tục quay trở lại với câu trả lời lúc trước mà nó đã biết là không đúng.

Cả hai cơ chế đó đều làm suy yếu khả năng học tập của trẻ em trong ngày và các nhà khoa học quan tâm tới hoạt động bộ não của một đứa trẻ đang ngủ vào buổi tối. Tiến sĩ Mathew Walker của UC Berkeley giải thích rằng trong giấc ngủ, bộ não chuyển những gì học được ngày hôm đó tới những vùng lưu trữ hiệu quả hơn trên não. Mỗi giai đoạn của giấc ngủ đóng vai trò riêng biệt trong việc nắm bắt ký ức. Ví dụ, học một ngoại ngữ đòi hỏi học từ vựng, ký ức thính giác về những âm thanh mới và các kỹ năng vận động để phát âm đúng một từ mới. Từ vựng được tổng hợp bởi thùy hải mã vào đầu buổi tối trong "giấc ngủ sóng chậm" *(slow wave sleep)*, một giai đoạn ngủ sâu không có giấc mơ. Kỹ năng vận động phát âm được xử lý trong giai đoạn hai là giấc ngủ không có chuyển động mắt nhanh *(non-REM sleep)* và những ký ức thính giác được mã hóa xuyên suốt các giai đoạn ngủ. Các ký ức nặng về cảm xúc được xử lý trong giấc ngủ chuyển động mắt nhanh *(REM sleep)*. Càng học nhiều vào ban ngày, bạn càng cần ngủ nhiều hơn vào ban đêm.

Để tái củng cố những ký ức này, một số gien tăng cường điều chỉnh trong giấc ngủ - chúng được khởi động, hoặc được kích hoạt. Một trong số những gien này có vai trò thiết yếu đối với sự đàn hồi tiếp hợp - quá trình củng cố các liên kết nơ-ron. Não bộ có tổng hợp một số ký ức vào ban ngày, nhưng những ký ức này được nâng cao và cụ thể hóa trong đêm khi ta ngủ – các kết luận và liên tưởng mới được tạo ra, đưa tới hiểu biết thấu đáo vào ngày hôm sau.

Giấc ngủ của trẻ con khác về chất lượng so với giấc ngủ của người trưởng thành vì trẻ có 40% thời gian ngủ ở giai đoạn sóng chậm (nhiều gấp 10 lần phần tỷ lệ này ở người lớn). Điều này lý giải vì sao một đêm ngủ tốt lại quan trọng đến thế đối với trẻ trong việc học vốn từ, bảng tính nhân, ngày tháng lịch sử và tất cả những chi tiết vụn vặt thực tiễn khác.

Có lẽ điều thú vị nhất là khía cạnh cảm xúc của một ký ức ảnh hưởng tới *nơi* ký ức đó được xử lý. Các kích thích tiêu cực được xử lý bởi hạch hạnh nhân; những ký ức tích cực hay trung lập được xử lý bởi thùy hải mã. Mất ngủ ảnh hưởng tới thùy hải mã nặng nề hơn hạch hạnh nhân. Vì thế, những người mất ngủ không nhớ lại được những ký ức thú vị, nhưng lại nhớ tốt những ký ức u buồn.

"Giờ đây, chúng ta đang đối mặt với một tình huống nguy cấp," John nhận định: "Cường độ học tập của bọn trẻ lớn hơn rất nhiều, nhưng thời gian ngủ để chúng có để xử lý phần học tập ấy lại ít đi đáng kể. Nếu xu thế này tiếp diễn, chẳng khác nào kéo căng sợi dây cao su, sẽ có lúc nó bật trở lại."

*

Trong khi tất cả trẻ nhỏ đều bị ảnh hưởng bởi mất giấc ngủ, đối với thanh thiếu niên, giấc ngủ là một thách thức đặc biệt.

Mary Carskadon tại Brown đã chứng minh rằng trong tuổi dậy thì, hệ thống hàng ngày – đồng hồ sinh học – vận hành "lệch pha" khiến trẻ vị thành niên thức khuya hơn. Đối với những trẻ trước độ tuổi dậy thì và người trưởng thành, khi trời tối, bộ não sản xuất ra melatonin gây buồn ngủ. Nhưng bộ não của trẻ vị thành niên chỉ tiết ra melatonin trong 90 phút sau khi đi ngủ. Vì vậy, ngay cả khi nằm trên giường vào lúc 10 giờ tối (dĩ nhiên chúng không đi ngủ sớm thế mấy khi), bọn trẻ vẫn thao thức, nhìn chăm chăm vào trần nhà.

Bị đồng hồ hẹn giờ đánh thức vào lúc bình minh, bộ não của thiếu niên vẫn đang tiết melatonin. Điều này đẩy chúng trở lại giấc ngủ – có thể trong tiết học đầu tiên tại trường hoặc nguy hiểm hơn, trong khi lái xe đến trường. Đây là một trong số những lý do gây ra 100.000 vụ đâm xe vì "ngủ gật" của thiếu niên hàng năm.

Điều này đặc biệt đáng chú ý vì hầu hết trẻ em ngủ ít hơn trong thời gian trung học, làm chất lượng cuộc sống đi xuống: Danner ở Đại học Kentucky đã nghiên cứu giấc ngủ giảm đi như thế nào ở mỗi năm trung học trên phạm vi toàn quốc. Trong năm thứ nhất, 60% bọn trẻ ngủ trung bình ít nhất tám tiếng. Đến năm thứ hai, con số giảm còn 30%. Cùng chiều hướng suy giảm đó là tinh thần của chúng; việc giảm ngủ xuống dưới tám giờ đã tăng gấp đôi tỷ lệ suy nhược ở mức độ lâm sàng. Hơn 1/8 học sinh ở mức phân loại này, khiến người ta chỉ băn khoăn có bao nhiêu em nữa suy nhược tinh thần ở mức độ nhẹ hơn.

Vài học giả đã ghi nhận nhiều tính cách tiêu biểu của tuổi vị thành niên hiện đại – buồn rầu, bốc đồng, thiếu cam kết – cũng là những triệu chứng của mất ngủ kinh niên. Liệu có phải những quan niệm phổ biến trong nền văn hóa của chúng ta về thanh thiếu niên đã tình cờ bị bóp méo bởi sự thật là chúng không ngủ đủ?

Ronald Dahl từ Đại học Pittsburgh đồng tình, quan sát thấy: "Nó đóng góp 1% hay 60% nguyên nhân, chúng ta không biết. Nhưng có một điều rõ ràng là thiếu ngủ khiến tình trạng tồi tệ hơn."

*

Hãy cùng xem xét vai trò còn lẩn khuất của giấc ngủ đối với chứng béo phì.

Người ta thường nói trong ba thập kỷ vừa qua, chứng béo phì ở trẻ em đã tăng gấp ba lần. Một nửa tổng số trẻ ít nhất "có nguy cơ thừa cân" – mức chỉ số khối cơ thể dưới béo phì hai bậc.

Trong suốt một thời gian dài, một thủ phạm luôn gánh tội cho những nỗ lực thất bại của chúng ta: ti vi. Thay vì chạy đi chơi ở nhà hàng xóm như khi chúng ta còn nhỏ, trẻ con thời nay ngồi trước vô tuyến trung bình 3,3 giờ một ngày. Mối liên quan tới chứng béo phì có vẻ thật rõ ràng và được nhắc đi nhắc lại thường xuyên tới mức ít người nghĩ ý tưởng đó cần được chứng minh về mặt khoa học.

Tiến sĩ Elizabeth Vandewater ở Đại học Texas tại Austin đã chán ngán khi nghe các học giả bằng hữu đổ hết tội cho ti vi chỉ với những số liệu mong manh để củng cố luận điệu của họ. "Cứ như đó là chân lý không cần chứng minh vậy," cô cằn nhằn. "Đó chỉ là thứ khoa học tồi." Vandewater phân tích bộ số liệu lớn tốt nhất sẵn có – Nghiên cứu trong Nhóm đại diện về Các nhân tố linh hoạt liên quan tới Thu nhập *(The Panel Study of Income Dynamics)*, đã khảo sát mở rộng tới 8.000 gia đình kể từ năm 1968. Cô tìm ra rằng những đứa trẻ béo phì không xem ti vi nhiều hơn những đứa trẻ không béo phì. Tất cả những đứa trẻ gầy cũng xem ti vi rất nhiều. Không có mối tương quan thống kê nào giữa chứng béo phì và thời gian, cách xem ti vi. "Đó không phải là chứng cớ không thể chối cãi mà chúng ta vẫn lầm tưởng."

Vandewater nghiên cứu thời gian biểu hàng ngày của bọn trẻ và nhận ra vì sao nghiên cứu trước đây nhầm lẫn. Trẻ con không đổi thời gian xem ti vi lấy các hoạt động thể chất. "Bọn trẻ đổi những thứ có chức năng tương đương. Nếu không có ti vi, chúng không chơi bóng đá," cô nói. "Chúng làm việc gì đó khác mà cũng chỉ phải ngồi một chỗ."

Thực ra, trong khi chứng béo phì đã nghiêm trọng hơn theo cấp số nhân từ những năm 1970, trẻ em mới chỉ xem ti vi thêm bảy phút mỗi ngày. Trong khi chúng dành trung bình nửa giờ đồng hồ cho trò chơi điện tử và sử dụng internet, tình trạng béo phì bắt đầu tăng vọt từ năm 1980, rất lâu trước khi có trò chơi điện tử tại nhà và internet. Điều này đương nhiên không có nghĩa xem ti vi tốt cho vòng hai. Nhưng nó thực sự có nghĩa rằng một điều gì đó – không phải ti vi – mới khiến trẻ em trở nên béo phì.

"Chúng tôi đã tiến hành nghiên cứu chế độ ăn kiêng và tập thể dục trong 100 năm và kết quả không tốt lắm và đã đến lúc phải tìm kiếm những nguyên nhân khác," Tiến sĩ Richard Atkinson, đồng tổng biên tập Tạp chí *International Journal of Obesity* tuyên bố.

5 năm trước, đã biết về mối liên hệ giữa chứng ngưng thở trong khi ngủ và bệnh đái đường, Tiến sĩ Eve Van Cauter đã tìm ra "tác động thần kinh nội tiết" kết nối giữa việc ngủ và béo phì. Thiếu ngủ làm tăng hoóc-môn Ghrelin, báo hiệu cơn đói và giảm chất đối lập, Leptin, ngăn chặn sự thèm ăn. Thiếu ngủ cũng tăng thêm hoóc-môn căng thẳng Cortisol. Cortisol tạo mỡ, nghĩa là nó kích thích cơ thể tạo nên mỡ. Hoóc-môn tăng trưởng của con người cũng bị ngưng. Hoóc-môn tăng trưởng thường tiết ra nhiều chỉ trong một lần vào đầu giấc ngủ và có vai trò thiết yếu trong việc làm tan mỡ.

Nhờ phát hiện của Van Cauter, các nhà khoa học về giấc ngủ đã thực hiện hàng loạt phân tích dựa trên những bộ số liệu lớn về trẻ em. Tất cả các nghiên cứu cùng đi theo một hướng – thường là những trẻ ngủ ít béo hơn những trẻ ngủ nhiều. Không chỉ ở đây, tại nước Mỹ – các học giả trên khắp thế giới đang xem xét điều này, vì trẻ em ở mọi nơi đều đang béo hơn và ngủ ít hơn.

Ba trong số các nghiên cứu trên đưa ra những kết quả giống nhau đáng kinh ngạc. Một

phân tích trẻ em lớp Một tại Nhật Bản, một về các cậu bé Canada ở độ tuổi mẫu giáo và nghiên cứu thứ ba là về các cậu bé Australia. Chúng chỉ ra những đứa trẻ ngủ ít hơn tám tiếng có tỷ lệ béo phì cao hơn 300% so với những em ngủ đủ 10 tiếng. Khoảng thời gian hai giờ đồng hồ là một mối tương quan "đáp ứng liều lượng", theo ý kiến của các học giả Nhật Bản.

Nghiên cứu trong các trường công lập ở Houston chứng minh điều này không chỉ ảnh hưởng tới trẻ nhỏ. Trong số những học sinh cấp hai và trung học được nghiên cứu, tỷ lệ béo phì tăng thêm 80% với mỗi giờ ngủ bị thiếu.

Việc ngủ ảnh hưởng tới hoóc-môn như thế nào là một cách hoàn toàn khác để giải thích điều gì khiến người ta béo hay gầy – chúng ta thường chỉ nghĩ tăng cân là một phương trình dễ thấy: năng lượng-phần bị tiêu thụ/năng lượng-phần bị đốt cháy. Nhưng ngay cả đối với phương trình quen thuộc đó, mối quan hệ giữa giấc ngủ và cân nặng vẫn có ý nghĩa, nếu xem xét kỹ lưỡng. Trong khi rất ít năng lượng được đốt cháy khi nằm yên trên ga trải giường, ít nhất một đứa trẻ không ăn gì khi nó ngủ. Thêm vào đó, những đứa trẻ không ngủ ngon thường thấy quá mệt mỏi để tập thể dục – người ta đã chứng minh rằng trẻ càng ngủ ít thì càng kém năng động trong ngày. Vì thế năng lượng thuần bị đốt cháy, sau một đêm ngủ ngon, sẽ nhiều hơn.

Tiến sĩ Atkinson tin nghiên cứu ông đã thấy về sự thiếu ngủ và chứng béo phì của trẻ em thực sự "đáng báo động." Song ông tiếc rằng điều này lại không được hầu hết các nhà nghiên cứu về chứng béo phì quan tâm.

Vào năm 2007, Bộ Nông nghiệp Mỹ và Các trung tâm Kiểm soát Dịch bệnh (CDC) nói với chúng ta rằng họ đã không thực hiện một nghiên cứu độc lập nào về vấn đề này. Họ thậm chí không đưa ra một quan điểm nào về các công trình đã thực hiện – dù mỗi năm chi hàng trăm triệu đô-la cho nghiên cứu về chứng béo phì và các chương trình phòng ngừa. Tuy nhiên, chỉ trong một năm, tác động của các số liệu đã trở nên mạnh tới mức không thể bỏ qua. Giờ đây CDC khuyến cáo các trường trung học xem xét lùi giờ vào lớp: các đại diện của cơ quan này hiện nay cho rằng một thay đổi trong giờ vào lớp của trường học có thể thay đổi cả cuộc sống của trẻ.

*

Dù cho các luận điểm khoa học có thuyết phục đến đâu, không hiểu sao chúng ta vẫn cần một bước nhảy vọt về niềm tin khi xem xét trả lại một giờ trong cuộc sống của trẻ cho giấc ngủ. Các mối tương quan thống kê là những bằng chứng thuyết phục đối với nhà khoa học, nhưng đối với các bậc cha mẹ, chúng ta muốn hơn thế nữa – chúng ta muốn kiểm soát.

Tiến sĩ Judith Owens điều hành một bệnh viện về giấc ngủ ở Providence, liên kết với Brown. Gần đây, một ông bố tới cùng cô con gái 15 tuổi, cô bé than phiền về những cơn đau đầu dữ dội. Nói chuyện với bệnh nhân, Owens nhanh chóng biết cuộc sống hàng ngày của em rất cực nhọc; sau lớp học sáo, kèn fagôt, khiêu vũ và bài tập của lớp dành cho học sinh xuất sắc, cô bé chỉ còn có thể ngủ năm tiếng đồng hồ mỗi đêm trước khi dậy vào 4h30 hàng sáng để lết tới phòng tập thể dục. Ông bố muốn biết có phải thiếu ngủ khiến cô bé đau đầu không. Owens nói với ông có lẽ đúng như vậy và khuyên cô bé đó giảm bớt lịch học.

Từ "có lẽ" khiến ông bố lưỡng lự. Ông sẽ để con gái mình cắt bớt lịch học, nhưng chỉ khi Owens có thể *chứng minh* được rằng hy sinh một trong số các hoạt động kia có thể ngừng đau đầu. Chắc chắn, ông biết giấc ngủ quan trọng, nhưng có quan trọng hơn chương trình tiếng Pháp nâng cao? Có quan trọng hơn vào được một trường đại học lớn?

Owens cố gắng giải thích một cách dễ hiểu. "Ông có để con gái mình lái một chiếc xe không có dây an toàn không? Ông phải nghĩ về giấc ngủ theo cách như vậy."

Nhưng lý lẽ của Owens không thuyết phục được. Trong suy nghĩ của ông bố này, ông chỉ thấy chiều ngược lại của sự trao đổi này – giảm lịch học sẽ đặt con gái ông trước rủi ro. Sẽ ra sao nếu những cơn đau đầu không chấm dứt và cô bé từ bỏ một trong những đam mê lớn nhất của mình, như khiêu vũ mà không được gì?

Trong một thời gian dài trước khi trẻ em trở thành những học sinh trung học quá tải với mục tiêu vào được đại học, các bậc cha mẹ – người bảo vệ giấc ngủ của bọn trẻ – bắt đầu đánh đổi giữa giấc ngủ của con cái họ và những nhu cầu khác của chúng. Điều này đặc biệt đúng với một tiếng đồng hồ cuối cùng trong ngày của bọn trẻ – hãy gọi khoảng thời gian này là Một giờ Dư thừa. Một giờ đồng hồ dư thừa đó vừa để vội vàng chìm vào giấc ngủ, vừa là một quỹ thời gian dôi dư đầy tiềm năng, kiểu như một ngăn kéo đựng tiền tiêu vặt mà chúng ta có thể rút ra những khoản lãi 10 phút. Trong suốt Một giờ Dư thừa đó, trẻ em *nên* ngủ, nhưng có quá nhiều công việc khác cần được ưu tiên. Kết quả là giấc ngủ bị đối xử cứ như khoản nợ quốc gia – một nửa tiếng nữa trên hóa đơn thì có là gì? Chúng ta vẫn đang sống; bọn trẻ cũng có thể làm vậy.

Giấc ngủ là một nhu cầu sinh học của mọi giống loài trên trái đất. Nhưng chỉ con người cố gắng cưỡng lại sự lôi kéo của nó. Thay vào đó, chúng ta coi giấc ngủ không phải một nhu cầu tự nhiên mà là một sự bộc lộ tính cách. Thừa nhận mệt mỏi bị cho là dấu hiệu của yếu đuối – và phủ nhận sự khuất phục trước giấc ngủ là một dấu hiệu của sức mạnh. Giấc ngủ chỉ dành cho những kẻ yếu đuối.

Nhưng có lẽ chúng ta không nhận ra cái giá mình đang phải trả. David Dinges tại Đại học Pennsylvania tiến hành một thí nghiệm rút ngắn giấc ngủ của những người trưởng thành chỉ ngủ sáu tiếng mỗi tối. Sau hai tuần, họ thông báo vẫn sống bình thường. Nhưng sau một loạt bài kiểm tra, họ tỏ ra suy kiệt không khác gì một người vừa thức 24 giờ liên tục.

Dinges tiến hành thí nghiệm để chứng minh thiếu ngủ được tích lũy như thế nào và đánh giá của chúng ta bị lừa dễ dàng tới đâu bởi sự thiếu ngủ. Tuy nhiên, thật dễ dàng đọc thí nghiệm của ông và nghĩ: "Tôi sẽ bị tác động, nhưng không tệ đến thế. Tôi sẽ là một ngoại lệ." Chúng ta đã đối mặt với việc ngủ quá ít trong suốt nhiều năm và vẫn vượt qua được. Chúng ta phần nào đã quen với việc này.

Nhưng trong trường hợp bộ não đang phát triển của một đứa trẻ, liệu chúng ta có dám sẵn sàng trơ lì như vậy?

Vì sao trẻ con nói dối?

Chúng ta có thể đánh giá cao tính thật thà, nhưng nghiên cứu cũng chỉ ra rằng, hầu hết chiến thuật các bậc cha mẹ vẫn hay dùng để khuyến khích sự trung thực chỉ khiến trẻ em trở thành những kẻ dối trá khôn ngoan hơn.

*

Ashley và tôi tới Montreal thăm phòng thí nghiệm và công trình nghiên cứu của Tiến sĩ Victoria Talwar - một trong số những chuyên gia hàng đầu thế giới về hành vi nói dối của trẻ em. Talwar có mái tóc đen nhánh và còn trẻ, với giọng nói lạ – cô là người lai Ireland - Ấn Độ, lớn lên tại Anh và đã trải qua thời gian làm việc tại các học viện ở Mỹ, Scotland và Quebec. Phòng thí nghiệm của cô đặt tại một lâu đài đá vôi theo kiến trúc Gothic thời Phục Hưng, nhìn ra khu chính của Đại học McGill.

Chúng tôi cùng tham gia vào thí nghiệm của cô, chúng tôi vào một phòng nhỏ với hai sinh viên Simone Muir và Sarah-Jane Renauld, những bạn này cho chúng tôi xem băng hình bọn trẻ kể về thời gian chúng bị bắt nạt. Chúng tôi có trách nhiệm quyết định xem những đứa trẻ nào nói thật và những đứa trẻ nào đã dựng chuyện, cũng như đánh giá mình có chắc chắn về quyết định đó không.

Những đứa trẻ ở độ tuổi từ bảy tới 11. Mỗi đoạn băng bắt đầu với một giọng nói người lớn đưa ra câu hỏi để dẫn đứa trẻ bắt đầu câu chuyện, ví dụ: "Vậy hãy nói cho cô biết điều gì đã xảy ra khi cháu tới tiệm Burger King?" Đáp lại, đứa trẻ kể chuyện của nó trong hai phút rưỡi tiếp theo. Hơn hai phút đó thực sự là khoảng thời gian dài đối với đứa trẻ, xuất hiện vô số những chi tiết mâu thuẫn hoặc giúp tố cáo sự dối trá.

Hình thức này được dựng để tái hiện tình huống trẻ làm chứng trong các vụ án, điểm khởi đầu khoa học hiện đại về sự dối trá của trẻ em. Hơn 100.000 đứa trẻ làm chứng ở các tòa án Mỹ mỗi năm, thường trong những vụ tranh chấp quyền chăm sóc con cái và lạm dụng trẻ em.

Trong những vụ đó, trẻ em thường bị người lớn hướng dẫn dựng chuyện, vì thế những đứa trẻ trong thí nghiệm của Talwar cũng được bố mẹ dặn dò ngắn gọn đêm hôm trước. Để chuẩn bị ghi hình, mỗi đứa trẻ được tập kể một chuyện thật và một chuyện bịa đặt và kể cho người phỏng vấn nghe cả hai chuyện đó trước ống kính. Chính người phỏng vấn cũng không biết chuyện nào là thật. Sau đó, một câu chuyện của một trẻ sẽ được chọn đưa vào băng hình của tám đứa trẻ. Những câu chuyện được chọn để đưa vào băng hình không phải vì đứa trẻ đó đã nói dối xuất sắc. Những chuyện đó được chọn hoàn toàn ngẫu nhiên.

Một cô bé dễ thương kể mình đã bị một cậu con trai trêu chọc ở tiệm Burger King vì là

người Trung Quốc và bị cậu ta đã ném khoai tây chiên vào tóc. Tôi sững người – liệu một người hoàn toàn xa lạ có ném khoai tây chiên vào tóc một cô bé? Cô bé còn rất nhỏ, song câu chuyện lại được kể lại đầy đủ, trọn vẹn – kết quả của việc được luyện tập? Chỉ đoán vậy, tôi đánh dấu đây là một câu chuyện bịa, nhưng ghi chú mình không chắc chắn. Tôi không hề cảm thấy tự tin hơn với chuyện của hai đứa trẻ tiếp sau đó.

"Việc này thật *khó khăn,"* tôi lẩm bẩm, ngạc nhiên thấy mình không thể ngay lập tức đưa ra câu trả lời. Tôi nhướn người tới gần màn hình hơn và vặn âm lượng to nhất có thể.

Một cô bé khác kể mình bị trêu chọc và loại khỏi nhóm bạn sau khi đạt điểm 100 trong một bài kiểm tra toán. Người phỏng vấn phải giục em nhiều lần trong lúc kể chuyện; tôi thấy em có vẻ thật thà, trẻ con kể một câu chuyện thường ít khi chi tiết.

Sau bài kiểm tra, Ashley và tôi được chấm điểm. Tôi choáng váng thấy mình chỉ đúng có bốn câu. Ashley chỉ đúng ba câu.

Kết quả của chúng tôi không có gì lạ. Talwar đã cho hàng trăm người làm bài kiểm tra này, nhìn chung, kết quả của họ không hề tốt hơn. Người ta hoàn toàn không biết khi nào trẻ con nói dối. Điểm số của họ cũng chỉ ra vài khuynh hướng. Họ tin các bé gái nói thật hơn các bé trai, trong khi các cậu bé có khi nói dối ít hơn. Họ tin những trẻ nhỏ hơn có xu hướng nói dối nhiều hơn, trong khi thực tế ngược lại. Và họ cho rằng những trẻ nhút nhát ít đáng tin cậy hơn, trong khi thực tế những em này nói dối ít hơn vì thiếu các kỹ năng xã hội để dựng chuyện.

Nhiều học giả đã sử dụng các phiên bản của mô hình cám dỗ để kiểm tra hàng nghìn trẻ em trong vài năm vừa qua. Những gì họ khám phá ra trái ngược hoàn toàn với quan điểm lâu đời về vấn đề nói dối của trẻ em.

Theo tiến sĩ Talwar, các ông bố bà mẹ thường không nhận ra sự dối trá của trẻ nhỏ, vì sự dối trá đó hầu như vô hại – con cái họ còn quá nhỏ để biết nói dối là gì hay nói dối là sai trái. Khi trẻ lớn hơn và biết phân biệt những điều đó, chúng sẽ không nói dối nữa. Đây là một sai lầm nghiêm trọng. Một đứa trẻ càng giỏi phân biệt dối trá và sự thật thì càng có nhiều khả năng sẽ nói dối khi có cơ hội. Các nghiên cứu viên kiểm tra những đứa trẻ bằng những bí mật đơn giản và hỏi: "Suzy nói dối hay nói thật?" Những đứa trẻ biết phân biệt cũng là những em dễ nói dối nhất. Phớt lờ điều này, nhiều trang web và sách hướng dẫn làm cha mẹ khuyên phụ huynh hãy cứ để trẻ con nói dối – bọn trẻ sẽ ngừng khi chúng lớn lên. Sự thực là, trẻ con sẽ lớn lên mà vẫn dối trá.

Trong những nghiên cứu quan sát trẻ em tại nhà, những em bốn tuổi cứ hai giờ sẽ nói dối một lần, trong khi một trẻ sáu tuổi sẽ nói dối mỗi giờ một lần. Có ít trẻ ngoại lệ. Vẫn là kết quả trong những nghiên cứu đó, có tới 96% trẻ em nói dối.

Đa số những lần nói dối cha mẹ là để che đậy việc trẻ đi quá giới hạn. Trước tiên, đứa trẻ đã làm điều gì đó không nên – sau đó, để thoát khỏi rắc rối, nó phủ nhận đã làm việc đó. Nhưng phủ nhận kiểu này quá đương nhiên và quá phổ biến tới mức các ông bố bà mẹ chỉ xem xét qua loa. Cũng trong những đề tài theo dõi đó, các nhà nghiên cứu ghi nhận tỉ lệ một ông bố hay bà mẹ dùng lời nói dối đó của trẻ để dạy lại trẻ một bài học về dối trá là ít hơn

1%. Bậc cha mẹ thường chỉ trích lỗi ban đầu mà trẻ mắc, nhưng bỏ qua việc trẻ giấu giếm lỗi. Trong cách nhìn nhận của đứa trẻ, nói dối không khiến nó bị phạt nặng hơn.

Cùng lúc học cách tạo ra và duy trì một lời nói dối, bọn trẻ cũng thấy bị nói dối là thế nào. Nhưng không phải trẻ con bắt đầu nghĩ nói dối là bình thường để dần dần nhận ra dối trá là xấu xa. Mà ngược lại. Chúng bắt đầu nghĩ gian dối – dù kiểu nào đi chăng nữa – là xấu xa và từ từ nhận ra một số loại nói dối thì chấp nhận được.

*

Bài học thứ hai là trong khi chúng ta nghĩ trung thực là đức tính tối quan trọng của một đứa trẻ thì nói dối lại là kĩ năng cao cấp hơn. Một đứa trẻ định nói dối phải nhận ra được sự thật, vận dụng trí tuệ để tìm một thực tế thay thế và có khả năng thuyết phục người khác tin thực tế mới ấy. Vì vậy, nói dối đòi hỏi cả sự phát triển nhận thức ở mức cao và các kỹ năng xã hội mà sự thật thà hoàn toàn ko cần đến. "Đó là một mốc phát triển," Talwar kết luận.

Thực ra những đứa trẻ bắt đầu nói dối vào lúc hai hoặc ba tuổi – hay những em có thể kiểm soát sơ hở ngôn ngữ khi bốn hoặc năm tuổi – đạt kết quả cao hơn trong các bài kiểm tra năng lực học tập. "Nói dối có liên quan tới trí thông minh," Talwar khẳng định, "nhưng bạn vẫn phải đối mặt."

Khi trẻ con bắt đầu nói dối, chúng nói dối để tránh bị phạt và vì thế, chúng nói dối bừa bãi – bất cứ khi nào sự trừng phạt có thể xảy ra. Một đứa trẻ ba tuổi sẽ nói: "Con không đánh em," mặc dù bố mẹ chứng kiến nó đánh em mình. Một đứa trẻ sáu tuổi sẽ không phạm sai lầm đó – nó sẽ chỉ nói dối về một cú đấm xảy ra trong lúc bố mẹ không có trong phòng.

Một đứa trẻ đến tuổi tới trường, có muôn vàn lý do để dối trá. Trừng phạt là chất xúc tác chính của dối trá, nhưng khi trẻ con phát triển sự đồng cảm và nhận thức tốt hơn các mối quan hệ xã hội, chúng bắt đầu xem xét những vấn đề của người khác khi nói dối. Chúng có thể nói dối để tránh gây xúc động cho một người bạn. Ở các trường phổ thông, Talwar nói: "giữ bí mật là một phần quan trọng của tình bạn – và vì thế nói dối có thể là một phần của giữ bí mật."

Nói dối cũng trở thành một cách trẻ tăng sức mạnh và khả năng kiểm soát – qua việc điều khiển, trêu chọc bạn bè, khoe khoang để khẳng định vị trí của mình và học được rằng chúng có thể lừa dối cha mẹ.

Khi bị ném vào môi trường tiểu học, nhiều trẻ bắt đầu nói dối bạn đồng lứa như một cơ chế đối phó, một cách trút giận hoặc gây chú ý. Chúng có thể chỉ đang cố gắng cân bằng khi cảm thấy mình rớt lại đằng sau các bạn cùng lứa. Đột ngột nói dối nhiều hơn, hoặc lời nói dối kịch tính hơn, là dấu hiệu có thay đổi gì đó trong cuộc sống của đứa trẻ, theo hướng khiến nó phiền muộn: "Nói dối là một triệu chứng – thường là khi trẻ gặp rắc rối lớn hơn," Talwar giải thích. "Đó là một chiến thuật giúp trẻ vượt qua rắc rối."

Trong những nghiên cứu ngành dọc, một đứa trẻ sáu tuổi thường xuyên nói dối có thể

sẽ không nói dối khi lớn. Nhưng nếu nói dối đã trở thành một chiến thuật thành công để giải quyết những tình huống xã hội khó khăn, chúng sẽ gắn bó với nó. Khoảng một phần ba trẻ em làm như vậy – và nếu chúng vẫn nói dối khi lên bảy, có vẻ chúng sẽ tiếp tục nói dối.

*

Theo Talwar, một lý do bọn trẻ nói dối là chúng học từ chúng ta.

Talwar chỉ ra rằng cha mẹ cần xem xét nghiêm túc tầm quan trọng của trung thực trong chính cuộc sống của họ. Cô nhận thấy hành động của chính các bậc cha mẹ cho bọn trẻ thấy sự trân trọng đức tính trung thực thật ra lại chỉ mang tính đối phó. “Chúng tôi rõ ràng không bảo chúng nói dối, nhưng bọn trẻ thấy chúng tôi nói dối. Lũ trẻ thấy chúng tôi nói với người bán hàng qua điện thoại: "Tôi chỉ là khách đến chơi." Chúng thấy chúng tôi khoe khoang và nói dối để dàn xếp các mối quan hệ xã hội.”

Hãy nghĩ xem chúng tôi mong một đứa trẻ phản ứng như thế nào khi mở một món quà nó không thích. Chúng tôi mong nó kìm nén tất cả những phản ứng thật – tức giận, chán ngán, thất vọng – và nở một nụ cười lịch sự. Talwar tiến hành một thí nghiệm trong đó bọn trẻ chơi nhiều trò để giành một phần quà, nhưng khi chúng nhận được món quà, đó là một bánh xà bông tệ hại. Sau khi đợi bọn trẻ một lát để vượt qua cú sốc, một nghiên cứu viên hỏi chúng có thích món quà không. Talwar đang kiểm tra khả năng đưa ra một lời nói dối vô hại, về mặt ăn nói và kiểm soát nỗi thất vọng trong ngôn ngữ cơ thể. Khoảng 1/4 trẻ học mẫu giáo biết nói dối rằng chúng thích món quà – đến độ tuổi cấp một, con số này khoảng một nửa. Nói dối điều này khiến chúng không thoải mái, đặc biệt khi bị thúc ép đưa ra vài lý do vì sao thích bánh xà bông. Chúng cau có, nhìn chằm chặp vào bánh xà bông và không thể ép mình nhìn thẳng vào mắt nghiên cứu viên được. Những em đã hét lên vui sướng khi thắng trò chơi nhìn lén đột nhiên nói năng lầm bầm và tỏ ra bồn chồn.

Trong khi đó, bố mẹ của chúng cũng đang theo dõi. Họ hầu như thấy vui khi con mình nói được lời nói dối vô hại. “Các bậc cha mẹ thường tự hào rằng con mình ‘lịch sự’ – họ không coi đó là nói dối,” Talwar bình luận. Bất chấp số lần chứng kiến kết quả, cô vẫn thường ngạc nhiên rằng các bậc cha mẹ rõ ràng không có khả năng nhận ra một lời nói dối vô hại vẫn là một lời nói dối.

Được khuyến khích dùng quá nhiều lời nói dối vô hại, trẻ con dần quen với tính không trung thực. Những việc không chân thành có thể xảy ra hàng ngày. Chúng học được rằng trung thực chỉ gây ra xung đột, trong khi không thành thật là một cách dễ dàng tránh xung đột. Và dù không hề nhầm lẫn giữa các tình huống nói dối vô hại và dối trá để che đậy tội lỗi, bọn trẻ mang ghi nhận cảm xúc từ một tình huống áp dụng cho cái còn lại. Về mặt tâm lý, nói dối cha mẹ trở nên dễ dàng xảy ra hơn. Vậy nếu bố nói: “Những tấm thẻ Pokemon này ở đâu ra!? Bố nói rồi, con không được phung phí tiền tiêu vặt vào thẻ Pokemon!,” đứa trẻ sẽ cảm thấy rất giống một tình huống nói dối vô hại – nó có thể khiến bố thấy khá hơn bằng cách nói những tấm thẻ đó do bạn cho.

Bây giờ hãy so sánh với cách trẻ con được dạy không được mách lẻo. Trẻ con sẽ thực sự bắt đầu mách lẻo từ trước cả khi chúng biết nói – vào khoảng 14 tháng tuổi, chúng sẽ khóc, chỉ tay và nhìn chằm chằm để ra hiệu cần các bà mẹ giúp khi một đứa trẻ khác lấy

trộm đồ chơi hay bánh ngọt. Cầu viện người lớn trở thành một thói quen và khoảng bốn tuổi, bọn trẻ bắt đầu nghe một quy định buộc chúng từ bỏ thói quen này: “Đừng kể,” hay “Đừng mách.”

Khi nói “Đừng kể”, người lớn thực sự muốn bọn trẻ cùng nhau tự giải quyết vấn đề trước. Trẻ con cần các kỹ năng xã hội để tự giải quyết vấn đề và chúng sẽ không phát triển được những kỹ năng này nếu bố mẹ luôn can thiệp. Những chuyện bọn trẻ ba hoa đôi khi hoàn toàn là dối trá và chúng có thể kể lể chỉ để cảm thấy cân bằng. Khi bố mẹ răn “Đừng kể,” các bậc phụ huynh đang cố gắng dừng cuộc chơi quyền lực này.

Giáo viên mẫu giáo và cấp Một tuyên bố trẻ mách lẻo là tai họa với họ. Một trong số những chương trình đào tạo giáo viên lớn nhất tại Mỹ xếp việc trẻ con mách lẻo là một trong năm mối lo ngại lớn nhất trong lớp học – cũng phiền phức như khi trẻ đánh hay cắn bạn cùng lớp.

Khi đứa trẻ – đã trải qua đủ nhiều để nó có thể tự giải quyết được vấn đề – cuối cùng tới nói với bố mẹ sự thực, thì trên thực tế, nó lại thường được nghe bố mẹ nói: “Đừng mang những vấn đề của con ra mà kể lể nữa!” Theo công trình của một nhà nghiên cứu, các ông bố bà mẹ hay trừng phạt con cái vì mách lẻo nhiều gấp 10 lần mắng mỏ chúng vì nói dối.

Bọn trẻ trưởng thành lên nhờ sức mạnh của câu nói “Đừng kể” và cũng học được rằng với câu nói ấy chúng có thể khiến người khác yên lặng. Đến những năm giữa cấp Một, bị bạn bè gọi là kẻ lắm chuyện gần như là điều tồi tệ nhất một đứa trẻ có thể gặp phải trên sân chơi. Vì thế, một đứa trẻ muốn kể một vấn đề của nó với người lớn không chỉ đối mặt với việc bị bạn bè kết tội phản bội và trừng phạt nặng trên sân trường – bị tẩy chay – mà còn luôn phải nhớ những lần thầy cô và bố mẹ đã nói: “Tự giải quyết đi.”

Mỗi năm, những vấn đề chúng đối mặt càng lớn lên theo cấp số nhân. Chúng thấy bạn cùng trang lứa viết bậy lên tường, ăn trộm trong cửa hàng, phá kính và đột nhập qua hàng rào. Mách lại những chuyện này là hành động của con nít, bất cứ thiếu niên tự trọng nào cũng cảm thấy xấu hổ. Giữ miệng thật dễ dàng; dù sao chúng cũng được khuyến khích làm như vậy từ khi còn nhỏ.

Thời kì che giấu thông tin với bố mẹ bắt đầu.

*

Trong suốt hai thập kỷ, các ông bố bà mẹ đã đánh giá “trung thực” là phẩm chất họ mong muốn nhất ở con cái. Những đức tính khác, như tự tin hay phán đoán tốt, không thể sánh được. Theo các nghiên cứu, bọn trẻ cũng đang nhận ra thông điệp này. Trong các điều tra, 98% nói lòng tin và trung thực là yếu tố không thể thiếu trong một mối quan hệ cá nhân. Tùy theo độ tuổi, 96% tới 98% nói dối trá là sai về mặt đạo đức.

Nhưng đây chỉ là lời nói gió thoảng, đối với cả hai phía. Dù 96% trẻ em nói dối bố mẹ, dối trá chưa bao giờ là chủ đề số một trên bảng công việc của các phụ huynh, hay trên sân chơi của con trẻ.

Chú ý đến việc nói dối đã thay đổi mọi việc xảy ra xung quanh gia đình tôi. Dù nhỏ tới mức nào, những lời nói dối cũng không còn bị bỏ qua. Những khoảnh khắc đó với gia đình tôi trôi chậm lại và tôi biết cách giải quyết tốt hơn.

Vài tháng trước, vợ tôi nghe điện thoại thu xếp thuê một người trông trẻ. Cô ấy bảo người trông trẻ rằng con trai tôi lên sáu, để người đó biết trò chơi phù hợp với lứa tuổi mà mang tới. Luke bắt đầu phản đối ầm ĩ, ngắt lời vợ tôi. Lúc trước tôi sẽ thấy ngạc nhiên, bối rối và tức giận vì con mình đột nhiên gào lên, nhưng giờ tôi hiểu. Con tôi, nói một cách chính xác, vẫn còn một tuần nữa mới tới sinh nhật lần thứ sáu, ngày mà nó đang rất mong đợi. Vì vậy trong suy nghĩ của Luke, mẹ nó đã *nói dối* – về một việc *thực sự* quan trọng với nó. Trong giai đoạn phát triển này, vì động cơ tốt mà nói dối là không thích đáng. Ngay khi vợ tôi gác máy, tôi giải thích với cô ấy vì sao con lại khó chịu; cô ấy xin lỗi và hứa lần sau sẽ nói chính xác. Luke ngay lập tức bình tĩnh lại.

Dù phật ý về lời nói dối của người khác, Luke không phải là không cố gắng che giấu. Ngay hôm sau, nó đi từ trường về nhà, đã học được một câu nói mới và một thái độ mới – châm biếm ác ý "Con không quan tâm," và nhún vai trước mọi việc. Luke đột nhiên cư xử như một thanh niên, miễn cưỡng ăn xong bữa tối, hoàn thành bài tập về nhà. Nó lặp lại "Con không quan tâm" nhiều tới mức cuối cùng tôi cũng nổi cáu và yêu cầu được biết liệu có phải ai đó ở trường đã dạy nó cách ăn nói tùy tiện này.

Luke yên lặng. Và bỗng nhiên trực giác bảo tôi rằng có một tranh luận đang diễn ra trong đầu nó – nên nói dối bố, hay phản bội bạn? Từ nghiên cứu của Talwar, tôi biết rằng mình sẽ thua. Nhận ra điều này, tôi dừng suy nghĩ của Luke lại và nói nếu nó đã học câu đó ở trường, nó không cần phải nói với tôi ai đã dạy nó. Nói với tôi sự thật sẽ không gây rắc rối cho bạn nó.

"Vâng," nó nói, giọng nhẹ nhõm hơn. "Con đã học ở trường." Rồi nó nói với tôi nó có quan tâm và ôm tôi. Tôi không bao giờ nghe thấy con nói điều đó lần nữa.

Cách chúng ta cư xử khi trẻ nói dối có thực sự quan trọng không, trong suốt cuộc sống sau này? Nói dối trớ trêu ở chỗ nó là hành vi vừa bình thường, nhưng cũng không bình thường. Không thể coi thường được.

Tiến sĩ Bella DePaulo đã dành nhiều thời gian nghiên cứu để tìm hiểu hành vi nói dối ở người lớn. Trong một nghiên cứu, bà cho cả sinh viên đại học và các đối tượng khác vào một phòng riêng, trang bị máy ghi âm. Cam kết sẽ giữ bí mật tuyệt đối, nhóm của DePaulo hướng dẫn các chủ thể thí nghiệm nhớ lại lời nói dối tồi tệ nhất họ từng nói – với tất cả những chi tiết tế nhị nhất.

"Tôi chờ đợi những lời nói dối nghiêm trọng," DePaulo bình luận. "Những chuyện tình ái giấu người bạn đời, tiêu tiền hoang phí, hay một người bán xe moi tiền người mua." Và đúng là bà được nghe những lời nói dối trơ trẽn kiểu như thế, gồm cả chuyện ăn trộm và thậm chí một vụ giết người. Nhưng bà rất ngạc nhiên khi nhiều câu chuyện được kể xảy ra từ thời các chủ thể còn là một đứa trẻ – và những chuyện đó, nhìn thoáng qua, thì không phải những lời nói dối quan trọng lắm. "Tôi từng được kể chuyện một người ăn vụng hết lớp kem phủ trên bánh, rồi nói với bố mẹ chiếc bánh thật ra trông nham nhở như vậy. Một

người khác kể mình đã ăn trộm những đồng xu từ anh ruột." Khi những câu chuyện này bắt đầu được kể, DePaulo giễu cợt, nghĩ thầm: *"Thôi nào, đó là lời nói dối tệ hại nhất mà anh chị từng nói đấy sao?"* Nhưng những chuyện về thời thơ ấu cứ tiếp tục và DePaulo phải tạo riêng một mục dành cho chúng trong phân tích của bà.

"Tôi phải điều chỉnh lại nhận thức của chính mình để xem xét một trẻ nói dối như thế này thì sao," bà nhớ lại. "Đối với trẻ nhỏ, lời nói dối thách thức bản thân đứa trẻ liệu mình có phải là trẻ ngoan hay không và rằng chúng làm những việc chúng cho là đúng."

Nhiều chủ thể bình luận rằng một lời nói dối quan trọng lúc đầu đời thiết lập một hướng đi ảnh hưởng đến họ từ sau đó. "Có vài chủ thể nói rằng, 'Tôi đã nói dối. Bị phát hiện tôi cảm thấy thật tồi tệ, tôi thề không bao giờ làm như vậy nữa.' Có những người thì nói, 'Ồ, tôi chưa bao giờ nhận ra mình giỏi lừa dối bố mình đến thế, tôi luôn lừa được họ.' Những lời nói dối khi còn nhỏ rất có ý nghĩa. Cách phụ huynh phản ứng thực sự tác động tới việc nói dối."

Talwar nói các ông bố bà mẹ thường bẫy con mình, đặt chúng vào những tình thế phải nói dối rồi kiểm tra tính trung thực của bọn trẻ một cách không cần thiết. Tuần trước, tôi cũng đặt cô con gái ba tuổi rưỡi của mình vào một tình huống chính xác như thế. Tôi để ý thấy con bé đã viết nguệch ngoạc lên bàn ăn bằng bút đánh dấu có thể giặt sạch được. Cất giọng không đồng ý, tôi nói: "Con vẽ lên bàn à, Thia?" Nếu như những lần trước, con bé sẽ trả lời thành thật ngay, nhưng ngữ điệu của tôi khiến Thia nhận ra nó đã làm sai việc gì đó. Ngay lúc đó, tôi ước mình có thể rút lại câu hỏi và nói lại. Lẽ ra tôi nên nhắc nhở nó không viết lên bàn, nên đặt một tờ báo dưới sách tô màu. Nhưng tôi lại hành động theo cách Talwar cảnh báo không nên.

"Không, con không vẽ," con gái trả lời tôi, lần đầu tiên nó nói dối.

Về vết nhơ ấy, tôi chỉ có thể đổ lỗi cho chính mình.

Cạnh tranh giữa anh chị em ruột

Vì sao anh chị em ruột thực sự cạnh tranh với nhau?

Tiến sĩ Laurie Kramer, Phó hiệu trưởng trường Đại học Illinois ở Urbana-Champaign, đang chuẩn bị thực hiện một điều không tưởng: làm cho anh chị em trong gia đình cư xử tốt hơn với nhau.

Điều bà sắp đương đầu thật rõ ràng, chúng tôi ghi nhận chỉ vài phút sau khi tiếp xúc với các bậc phụ huynh của những trẻ vừa mới được ghi danh vào chương trình kéo dài sáu tuần của Tiến sĩ Kramer, có tên "Vui Hơn với Anh Chị Em." Chúng tôi ngồi trên những chiếc đi-văng xếp thành vòng tròn trong căn phòng nhỏ, theo dõi trẻ em qua một màn hình. Phía bên kia bức tường, trong một phòng khách có kết nối nhiều máy quay được giấu kín, bọn trẻ đang cùng thực hiện chương trình nghiên cứu với các sinh viên của Kramer.

"Khi chúng bắt đầu, cứ như thể một cái tàu hàng bắt đầu hoạt động. Mọi thứ đều vô hiệu," một bà mẹ nói về cuộc chiến giữa cô con gái năm tuổi và cậu con trai sáu tuổi. Bà là bác sỹ tâm lý ở một phòng khám dành riêng cho thương binh. Nhưng bà quả thật "đau đớn khi thấy" các con đánh nhau.

Thêm một bà mẹ khác phải thở dài mệt mỏi khi thấy cậu con trai bảy tuổi cứ giễu cợt cô em bốn tuổi. "Thằng bé biết nên nói gì, nhưng nó không thể tử tế với em gái được." Bà mẹ hướng cái nhìn vào không gian, cố tránh một giọt nước mắt đang chực rơi.

Một bà mẹ của hai bé gái song sinh lên năm cảm thấy hai con nói chung là một cặp song sinh tuyệt vời khi ở bên cạnh nhau, tuy nhiên, vì một lý do nào đó mà bà không thể giải thích được, không có tối nào chúng không cãi cọ.

Các gia đình tham gia chương trình của Tiến sĩ Kramer đều là những gia đình có học thức và cuộc sống sung túc. Nhiều bậc phụ huynh là những người có quyền lực tại Illinois, con cái họ hiện đang học các trường tiểu học tư thục tốt nhất tại Urbana. Những bậc cha mẹ này sẵn sàng làm tất cả để mang lại cho các con một môi trường tích cực. Nhưng có một khía cạnh tự nhiên trong môi trường đó mà họ không thể kiểm soát được, một thứ hủy hoại hết thảy những thứ khác – đó là việc các trẻ là anh chị em ruột cư xử với nhau thế nào.

Các kết quả quan sát đã xác định những anh chị em từ ba đến bảy tuổi trung bình cứ 3,5 giờ thì xung đột một lần. Một vài cuộc xung đột nhanh, có những cuộc lại kéo dài, nhưng trung bình cứ một giờ cãi cọ thì có thêm 10 phút trẻ đánh nhau. Theo Tiến sĩ Hildy Ross, Đại học Waterloo, cứ tám mâu thuẫn thì có một mâu thuẫn trẻ em sẽ dàn hòa hoặc thỏa thuận được với nhau – với bảy cuộc kia, ít khi chúng rút lui trừ phi đứa lớn hơn đe dọa và trấn áp đứa nhỏ.

Nhà nghiên cứu người Scotland Stephanie Punch tìm ra các kết quả tương đồng khi phỏng vấn 90 trẻ em. Bà xác định rằng trẻ em không có chút động cơ nào thúc đẩy nó phải cư xử tốt với anh chị em ruột, so với các bạn nó, vì anh chị em ruột ngày mai vẫn sẽ ở gần mình, cho dù có chuyện gì xảy ra. Bà kết luận, "Tình cảm anh chị em ruột thịt là một mối quan hệ mà các tương tác xã hội có thể được đẩy lên giới hạn cao nhất trong khuôn khổ của nó. Tức tối, cáu giận không cần phải kiềm chế, trong khi lịch sự và khoan dung có thể bị bỏ qua."

Vậy có phải trẻ thoát khỏi những điều đó khi lớn hơn, thông qua thực hành hàng ngàn tương tác? Không hẳn, Kramer cho biết. Quay trở lại năm 1990, bà và giáo viên hướng dẫn, Tiến sĩ John Gottman, tuyển vào chương trình nghiên cứu 30 gia đình chuẩn vừa chào đón đứa con thứ hai, khi đứa đầu đang ở tuổi lên ba hoặc bốn. Trong nhiều tháng, cứ hai lần một tuần, Tiến sĩ Kramer đến nhà họ để quan sát anh chị em ruột chơi với nhau cho tới khi đứa em được sáu tháng tuổi. Bà quay lại lần nữa khi trẻ được 14 tháng và sau đó là lên bốn tuổi. Mỗi lần như vậy, Tiến sĩ đánh giá quan hệ anh chị em của trẻ, qua việc đánh dấu bao nhiêu lần trẻ cư xử tốt hay không với nhau. Chín năm sau, Kramer quay lại đánh giá các gia đình này. Khi đó, đứa lớn đã chuẩn bị vào đại học. Bà lại tiếp tục ghi hình bọn trẻ với nhau. Để đảm bảo trẻ không bỏ quên người chơi cùng, Tiến sĩ giao cho các cặp anh chị em một vài nhiệm vụ - chẳng hạn giải đố cùng nhau, đưa ra chương trình vui chơi cho cả nhà nếu có 10.000 đô la Mỹ cho ngày cuối tuần.

Kramer thấy rằng chất lượng của mối quan hệ ruột thịt này ổn định một cách đáng chú ý trong thời gian dài. Trừ phi có một sự kiện lớn nào đó trong cuộc đời của một thành viên trong gia đình - ốm nặng, ai đó chết, cha mẹ li hôn – tính chất của mối quan hệ không hề thay đổi cho tới khi đứa con lớn chuyển đi. Trong hầu hết các trường hợp, giọng điệu được hình thành từ khi trẻ còn rất nhỏ, dù là toát lên vẻ trịch thượng hay ngọt ngào, hay ân cần thì đều có xu hướng giữ nguyên như vậy.

*

Kramer thường nghe nói: "Dù đánh nhau với các anh và chị tôi suốt ngày, chúng tôi vẫn cứ gắn bó khăng khít." Bà không hề phản đối. Thay vào đó, bà chỉ ra rằng, trong rất nhiều mối quan hệ anh chị em ruột, tỉ lệ có xung đột đúng là cao, nhưng thời gian chơi cùng vui vẻ ở sân sau ngôi nhà, hay dưới tầng hầm dư sức cân bằng những xung đột đó. Điểm tích cực này dự đoán một mối quan hệ tốt đẹp hơn trong tương lai. Ngược lại, những anh chị em ruột nào thường ít chú ý đến nhau thì ít đánh nhau, nhưng mối quan hệ của chúng thường lạnh lùng xa cách trong thời gian dài.

Trước khi bắt đầu chương trình "Vui Hơn với Anh Chị Em," Tiến sĩ Kramer yêu cầu các phụ huynh điền vào bảng câu hỏi những kỳ vọng của họ về ứng xử của con cái trong mối quan hệ anh em ruột. Phụ huynh thực tế có chấp nhận các cuộc xung đột của con trẻ như là một phần đời sống của chúng; thay vào đó, điều làm họ thực sự lo lắng là đôi khi các con dường như không hề *quan tâm* tới nhau. Tình cảm mà trẻ dành cho anh chị em ruột vừa là yêu ghét lẫn lộn, vừa là một chút phiền phức, quấy rầy.

Vậy là chương trình của Kramer trở thành chương trình duy nhất trong lĩnh vực này – bà không nhằm vào việc uốn nắn trẻ ứng xử mềm mỏng hơn với những xung đột giữa anh

chị em. Những người trưởng thành đã trải qua cả một khoảng thời gian khó khăn rèn luyện các kỹ năng này – biết lắng nghe, không làm mọi việc nghiêm trọng hơn, không có những quy chụp tiêu cực, biết khen ngợi. Thay vào đó, chương trình của Tiến sĩ Kramer thôi thúc trẻ ngay từ tiêu đề - có anh chị em để được cùng *tận hưởng* thời gian chơi vui vẻ với nhau.

Mỗi buổi nghiên cứu kéo dài sáu giờ đồng hồ thực sự là một buổi cắm trại vui vẻ với anh chị em ruột. Hầu hết các hoạt động mà trẻ lên kế hoạch trong cuộc sống đều được dành riêng cho lứa tuổi của nó – anh chị em cùng nhà thường vui chơi với bọn trẻ trạc tuổi. Tại đây, chúng được gắn kết với nhau.

Trong buổi đầu, bốn con rối tay bằng giấy bồi xuất hiện trên sân khấu. Bọn rối tuyên bố chúng là trẻ em ngoài hành tinh, đến từ hành tinh Xandia. Mỗi khi anh chị em cãi nhau, trời Xandia đổ mưa khiến cho cả hành tinh đứng trước nguy cơ bị lụt. Vì vậy chúng tới trái đất dự hội trại với các bạn nhỏ loài người, để làm sao học được nhiều niềm vui ở cùng bên nhau. Tất cả các trẻ em, ngoài hành tinh cũng như người trái đất – trải qua sáu buổi chơi các bộ trò chơi tập thể, cùng xây dựng các chương trình nghệ thuật, đóng kịch, nhảy theo một bài nhạc rap soạn riêng. Chúng cũng mang theo về nhà những cuốn sách đọc trước giờ đi ngủ và các bộ trò chơi tập thể của hành tinh Xandia.

Theo suốt quá trình, trẻ tiếp nhận dần khái niệm học chơi với anh chị em ruột, làm sao tìm được trò chơi mà cả hai đều thích chơi cùng và làm sao để từ chối một cách nhẹ nhàng tế nhị khi chúng không quan tâm. Chúng theo các bước này mà thực hành một cách rất có ý thức. Các bước thực hiện được gọi thế nào (Dừng, Nghĩ và Nói) không quan trọng với bọn trẻ; điều cốt yếu là trẻ được tiếp cận trò chơi theo nhóm tuổi, vì vậy không phải lúc nào các trẻ lớn cũng áp đặt vị trí của mình để kết thúc trò chơi. Rất nhiều trò chơi và các chương trình nghệ thuật dạy lũ trẻ làm sao để cảm nhận được những cảm giác truyền tải trên gương mặt của anh chị em mình. Lũ trẻ được dạy câu: "Nhìn theo cách của bạn, nhìn theo cách của tôi." Chúng vẽ những gương mặt biểu cảm lên những tờ giấy phẳng giả làm mặt nạ và sau đó lắng nghe câu chuyện và giơ cao gương mặt nào phù hợp với mỗi nhân vật trong câu chuyện vừa được kể.

Tiến sĩ Kramer đã chỉnh sửa kịch bản của các buổi thực hành này hàng năm trời, nhưng có khả năng khía cạnh đột phá nhất của chương trình nghiên cứu của bà không nằm ở những chi tiết này – không hẳn bà chỉ tập trung vào nghiên cứu các vấn đề của trẻ em. Các nghiên cứu viên khác cho rằng trẻ bốn tuổi quá nhỏ, nên họ đã hướng các bài huấn luyện vào các bậc phụ huynh, cố gắng hướng dẫn họ làm sao để ứng xử khi trẻ đánh nhau. Trong chương trình của Kramer, rất ít cuộc xung đột của trẻ em là *hậu quả* từ việc dạy chúng kỹ năng ứng xử qua các trò chơi về những vấn đề mà cả hai trẻ đều không thích. Đó là sự *phòng tránh* xung đột, chứ không phải *giải quyết* xung đột. Phụ huynh cũng tham gia hướng dẫn các con, họ được yêu cầu khi về tới nhà phải giúp củng cố ý thức của trẻ, để các em tự áp dụng các bước đã được học cùng nhau giải quyết vấn đề mà không có sự giúp đỡ của cha mẹ.

Chương trình của Tiến sĩ Kramer có hiệu quả, đo đếm được ở mọi khía cạnh. Các video ghi hình trước và sau chương trình khi trẻ em chơi tại nhà cho thấy nhiều thay đổi tích cực, có tác động cả hai phía, bộ câu hỏi phỏng vấn cha mẹ cho thấy họ phải dành ít thời gian hơn để can thiệp và chấm dứt việc lũ trẻ cãi cọ nhau. Trẻ có vẻ thích thú chương trình cắm

trại, nhưng không có giờ nào trôi qua mà trẻ không có ít nhất một triệu chứng gây hấn điển hình, vì mỗi khi trẻ lớn hơn có vẻ kiểm soát, thì đứa nhỏ sẽ có phản ứng gây kích động. Trên thực tế, toàn bộ chương trình cắm trại – với quan điểm cho rằng anh chị em ruột sẽ *tận hưởng* thời gian vui chơi bên nhau, là một mục tiêu mà không phải trẻ nào cũng sẵn sàng chấp nhận.

*

"Em có hai tài năng đặc biệt," bé Ethan bảy tuổi tuyên bố với các nghiên cứu viên hướng dẫn và những bạn khác cùng tham gia chương trình. "Thứ nhất là chơi bóng đá với bố em. Thứ hai là em rất giỏi đánh các bạn khác. Khi hạ gục đứa em gái của mình, em cảm thấy rất sung sướng." Cô em gái bốn tuổi Sofia, ngồi không xa hơn hai bước chân khi anh nó tuyên bố như vậy. Nhưng cô bé không phản đối tuyên bố gây sốc của Ethan.

Sự thật là Ethan chưa bao giờ đánh em, cô em gái có hình thể chỉ bằng một nửa cậu. Thay vào đó, Ethan thường cảm thấy em gái quá bé bỏng, không thể nào làm đau em được. Nhưng trong buổi nghiên cứu đó, Ethan dường như thích thú với việc nói năng độc địa với em gái Sofia. Cậu chế giễu em – lớn tiếng phản đối khi các nghiên cứu viên giúp em gái đọc to bài đọc. Cậu nói chẳng hề muốn có em gái: "Nó cứ muốn làm công chúa và lúc nào cũng muốn em đóng vai hoàng tử, nhưng em muốn làm ninja cơ. Lúc đó nó thật phiền phức, một đối thủ chẳng đáng tầm tí nào."

Cuối buổi nghiên cứu, mẹ Ethan đối mặt với con trai ngoài hành lang và yêu cầu cậu bé giải thích. Ethan đưa ra một quan điểm rất sâu sắc và đặc biệt: "Mẹ ơi, nếu mà yêu quý em gái thì chẳng sành điệu tí nào."

Ethan cho rằng cậu phải cư xử không tốt với em gái. Cậu bé không thể để những bạn khác lớn tuổi hơn cùng tham gia chương trình biết rằng cậu yêu quý cô em gái – vì thế mà cậu bịa ra và khoác lác cái chuyện đánh em ở trên.

Tò mò không rõ Ethan và Sofia sẽ chung sống thế nào dưới mái nhà, chúng tôi cùng tham gia với Tiến sĩ Kramer, quan sát cuốn video ghi hình chúng tại nhà. Suốt hơn nửa giờ, Ethan hướng dẫn Sofia xây một pháo đài làm từ nệm tràng kỉ. Chúng tôi chăm chú theo dõi, cứ như đang xem một bộ phim buồn thảm: nhạt nhẽo và chẳng hứa hẹn một sự kiện hay sự bùng nổ nào cả.

Xem mình là giám đốc thiết kế, Ethan chỉ huy cô em gái liên tục. Cậu la hét và trách móc không thôi khi em gái không giữ được miếng lót tràng kỉ cho thật thẳng. Khi cô em gái muốn nghỉ ăn snack, Ethan dọa: "Còn làm thêm một điều gì – thì mất việc và không quay lại được đâu đấy." Khi Sofia không hiểu điều gì, ông anh trai lên bảy gắt ngay: "Không lý do gì hết! Không lý do gì ở đây cả! Mày chỉ giữ được công việc nếu không bao giờ lý sự gì nữa. Mà đừng có nói nếu mồm đầy thức ăn!"

Dù vậy, Tiến sĩ Kramer vẫn thấy nhiều tia hy vọng trong cuốn băng. Dù Ethan cứ thế là mắng mỏ em gái – nhưng hai đứa trẻ đã tự chọn chơi cùng với nhau và gắn bó với trò chơi từ đầu tới cuối. Chúng cũng không đánh nhau. Chúng trò chuyện. Ethan có dọa em gái, nhưng cậu cũng đổi vài quy định để em gái có thể tiếp tục chơi. Cậu cố gắng giúp Sofia hiểu

rằng mình đang giữ một vai trò quan trọng trong trò chơi. Khi cậu thôi sai bảo em, Sofia có thể nhờ Ethan giúp, một điều Ethan thích thú và luôn sẵn lòng. Khi Sofia cố lôi miếng lót lên tràng kỉ, Ethan nói: "Làm tốt đấy," và tới giúp em.

"Hai đứa trẻ vẫn có mối liên hệ với nhau," cuối cùng Tiến sĩ Kramer kết luận. "Ở đây tôi thấy một sự cố gắng giải quyết mâu thuẫn. Trẻ yêu quý nhau và cũng để ý lẫn nhau. Tôi nghĩ nhiều yếu tố còn cần được xử lý." Chưa tính điểm cho cuộn băng này nhưng sơ bộ bà có thể ước chừng điểm sẽ đạt 50/100 – điểm cân bằng giữa những điểm tiêu cực và tích cực. "Tôi có thể tưởng tượng, sau chương trình, băng ghi hình của hai em sẽ đạt chừng 70."

Vậy nếu Ethan thực sự quý em gái, từ đâu mà cậu nhận được thông điệp rằng thật không sành điệu chút nào và phải che giấu điều đó? Mẹ của Ethan, chị Rebecca, cho biết tất cả các bạn thân của Ethan đều cư xử rất tốt với các em gái và em trai. Ethan không học điều này từ bạn bè. Chị tin rằng Ethan học điều đó từ một vài cuốn sách. Cậu bé là một độc giả bẩm sinh yêu thích việc đọc và đọc sách rất thường xuyên.

Rebecca có vẻ dè dặt khi đề cập tới giả thuyết này, sợ rằng mình đổ tội oan. Tuy nhiên công trình nghiên cứu của Tiến sĩ Kramer cho thấy Rebecca có thể đã đúng. Ở một trong các nghiên cứu của mình, Kramer đã yêu cầu một nhóm trẻ em tham gia đọc sách trong sáu tuần, trẻ đọc to và cùng thảo luận các bộ truyện hoạt hình mô tả tình anh em ruột thịt. Đây là những sản phẩm văn hóa đặc trưng tiêu biểu bất cứ phụ huynh nào cũng sẽ muốn chia sẻ với con cái, như để chia sẻ niềm hy vọng những cuốn sách này sẽ giúp trẻ chung sống tốt với nhau – *Những chú gấu* Bearnstein (The Bearnstein Bears), *Phố Sesame* (Sesame Street), v.v... Tiến sĩ Kramer phác ra hình ảnh mối quan hệ giữa những trẻ này với anh chị em của chúng sẽ được cải thiện nhiều và bà đảm bảo chúng không thể cải thiện *nhiều hơn* những trẻ đang trong chương trình *của bà*.

Nhưng Tiến sĩ Kramer bắt đầu nhận nhiều lời than phiền từ phụ huynh, chỉ một vài tuần sau chương trình. Dù sách vở, phim luôn cho thấy những kết cục có hậu, rằng trẻ học cách đánh giá cao và tôn trọng anh chị em ruột của chúng, phần đầu của những câu chuyện thường mô tả những chi tiết rỗng tuếch về việc anh chị em đánh nhau, hạ thấp nhau, xúc phạm nhau. "Từ những cuốn sách này, trẻ em học nhiều cách cư xử xấu xa với anh chị em mình mà chúng chưa bao giờ nghĩ tới," Tiến sĩ Kramer nhắc lại. Vì đó, sau sáu tuần, mối quan hệ anh chị em đã tụt dốc thảm hại.

Tiến sĩ đã phân tích 261 cuốn sách dành cho trẻ em có mô tả mối quan hệ anh chị em ruột. Những cuốn này đủ thể loại, từ sách tranh cho các bé trong nhà trẻ, tới các sách chương hồi cho trẻ lớp Ba. Bà chấm điểm các cuốn sách theo hình thức như chấm điểm các băng ghi hình trẻ chơi cùng nhau. Bà cũng đánh dấu số lần trẻ cãi cọ, đe dọa, loại nhau ra và trêu chọc nhau, cũng như những khoảnh khắc tích cực: chia sẻ với nhau, thể hiện tình cảm, cùng giải quyết vấn đề và rủ nhau chơi. Thường thì một cuốn sách mô tả số hành vi tiêu cực gần như ngang bằng với số hành vi tích cực. Bất chấp cuốn sách rõ ràng được xây dựng với kết thúc có hậu, suốt câu chuyện, trẻ không ngừng chế nhạo, xem thường anh chị em mình và giễu cợt mỗi khi anh chị em mình sai.

*

Vậy ra cuối cùng Shakespeare lại đúng và Freud sai. Suốt cả một thế kỷ, những lập luận của Freud – rằng từ khi sinh ra, anh chị em ruột vốn dĩ đã bị đóng khung trong cuộc chiến bất tận để giành lấy tình cảm của cha mẹ – đã có ảnh hưởng lớn lao tới cả những học giả và các bậc phụ huynh. Nhưng lý thuyết của Freud hóa ra còn khiếm khuyết. Cuộc chiến bên trong tình ruột thịt có thể không như câu chuyện thần thoại Ê-đíp[1] về tình yêu với cha mẹ, mà lại giống tác phẩm Vua Lia[2] hơn.

Một nhóm các nhà nghiên cứu hàng đầu của Anh và Mỹ đã phỏng vấn 108 cặp anh chị em ruột ở Colorado, tìm hiểu chính xác điều gì dẫn tới xung đột giữa họ. Nguyên nhân liên quan tới tình cảm với cha mẹ xếp chót bảng. Chỉ 9% trẻ nói đó là nguyên nhân của những cuộc chiến và cạnh tranh.

Nguyên nhân phổ biến nhất khiến trẻ xung đột cũng giống như mâu thuẫn giữa Regan và Goneril: vấn đề chia đồ chơi trong lâu đài[3]. 78% trẻ lớn hơn và 75% trẻ nhỏ hơn đều cho rằng việc chia những sở hữu vật chất – hoặc cho rằng mình sở hữu những vật đó – là nguyên nhân chính của những cuộc xung đột quyết liệt.

Không còn gì rõ ràng hơn. Dù 39% trẻ nhỏ hơn vẫn khẳng định rằng việc đánh nhau có nguyên nhân đơn giản chỉ là... đánh nhau. Chúng cho rằng, về cơ bản, chúng chỉ đánh nhau để ngăn anh chị lớn tuổi hơn đánh chúng.

Suy ngẫm về hệ tư tưởng của Freud, các nhà nghiên cứu giảm tập trung vào những phát hiện của mình và băn khoăn liệu có phải trẻ quá nhỏ để có thể hiểu được những điều sâu sắc qua liệu pháp tâm kịch[4] áp dụng trong bối cảnh gia đình mà họ đang tập trung nghiên cứu. Các trẻ anh chị em ở đây không còn là những đứa bé đang tập đi còn chập chững. Những trẻ hiện đang học cấp Một, nhiều trẻ lớn hơn thậm chí đã bước sang lứa tuổi dậy thì, từ 13 đến 19. Những nhà nghiên cứu có cảm giác cộng đồng tâm lý học cần nhận thức được rằng "các anh chị em ruột có nguồn cơn xung đột của riêng chúng, không liên quan tới các bậc phụ huynh." Mâu thuẫn nảy sinh từ việc tranh giành tình cảm của cha mẹ có thể là một nguyên nhân, họ khẳng định, nhưng trẻ đang ở độ giữa của tuổi thơ không nghĩ về điều đó, chúng không có nhận thức cũng không phát biểu điều đó bao giờ.

Laurie Kramer cũng đưa ra kết luận tương tự. Bà đã xem lại 47 cuốn sách dạy làm cha mẹ phổ biến nhất, phân tích bao nhiêu trong số những lời khuyên từ các sách này về vấn đề quan hệ anh chị em ruột trong gia đình có nguồn gốc từ những nghiên cứu theo chủ nghĩa kinh nghiệm, so với bao nhiêu lời khuyên chỉ là các lý thuyết chưa được chứng minh. Tiến sĩ Kramer thấy rằng, mỗi cuốn sách đều kể lể rất nhiều về các hệ biến hóa của tâm động học, rằng các mâu thuẫn giữa anh chị em ruột có nguồn gốc từ việc cha mẹ thiếu quan tâm đến con lớn từ khi đứa trẻ nhỏ hơn được sinh ra. Kramer cũng lưu ý rằng chắc chắn có những nghiên cứu dẫn tới quan điểm này. Ví dụ, một công trình nghiên cứu mới đây đã chỉ ra sự ghen tị của một trẻ làm anh khi đứa em nhỏ mới 16 tháng tuổi cho thấy mối quan hệ anh chị em vài năm sau nữa sẽ ra sao. Tuy nhiên, tiến sĩ Kramer cũng cảm thấy quan điểm cố hữu này về cuộc chiến tranh giành tình cảm của cha mẹ dường như còn ẩn giấu và làm mọi người xao lãng một sự thật quan trọng: ngay cả những gia đình mà cha mẹ dành cho con cái rất nhiều tình yêu thương: "trẻ nhỏ có thể sẽ thất bại khi cố xây dựng mối quan hệ với anh chị em, nếu không ai chỉ cho chúng phải làm thế nào." Việc thiếu cảm thông nên

được đưa vào nghiên cứu và việc xây dựng kỹ năng cho trẻ thậm chí còn cần hơn nữa.

Vậy còn những điều gì bị thổi phồng lên nữa? Cha mẹ thường tưởng tượng chênh lệch tuổi tác giữa hai trẻ là một yếu tố quan trọng. Vài người còn nghĩ sinh con chênh nhau dưới hai tuổi là tốt nhất, vì trẻ có tuổi tác gần gũi thì dễ chơi với nhau hơn; vài người khác lại nghĩ nên sinh con cách nhau ba đến bốn tuổi, giúp trẻ phát triển tính độc lập. Những nghiên cứu cho thấy kết quả vô cùng lẫn lộn – với quan điểm cho rằng trẻ chênh tuổi là một vấn đề, hiện tồn tại một nghiên cứu khác cho thấy điều ngược lại. “Trong tương quan với các yếu tố khác,” Tiến sĩ Kramer nói: “khoảng cách tuổi không có giá trị lớn trong việc dự đoán. Cũng không phải giới tính của trẻ. Còn rất nhiều các yếu tố cần quan tâm.”

Công trình của Tiến sĩ Kramer cho thấy một ngạc nhiên lớn khi tập trung vào các vấn đề này. Một trong các yếu tố giúp dự đoán chính xác khả năng trẻ sống chung hòa thuận thường được đoán định trước khi trẻ nhỏ hơn chào đời. Điều này mới đầu có thể làm chúng ta kinh ngạc – làm sao đoán định được cuộc chiến của những cá tính khác nhau, khi mà một trong các cá tính đó còn chưa định hình? Làm sao biết được tương lai của một mối quan hệ trong tương lai mới có? Nhưng lời giải thích rất hợp lý. Vấn đề này chẳng liên quan gì tới phụ huynh. Thay vào đó, yếu tố giúp ta tiên đoán có thể dựa trên chất lượng mối quan hệ của trẻ lớn hơn *với người bạn thân nhất của nó*.

Kramer nghiên cứu trẻ em ở những gia đình đang chờ đón một đứa con nữa chào đời. Bà quan sát trẻ chơi kèm một với người bạn thân nhất. Những trẻ nào chơi bình đẳng, tôn trọng bạn chơi cũng sẽ có kết quả nghiên cứu báo cáo tốt trong cư xử với em ruột vài năm sau đó.

Từ lâu mọi người vẫn cho rằng những trẻ là anh chị em ruột học lẫn nhau, rồi áp dụng những kỹ năng xã hội thu nhận được vào mối quan hệ với những người ngoài gia đình. Tiến sĩ Kramer lại nói mọi thứ diễn ra theo chiều ngược lại: trẻ lớn va chạm với bạn bè của chúng và sau đó áp dụng những điều chúng biết vào quan hệ với em ruột.

Trong mối quan hệ của trẻ em với các bạn thân, một yếu tố đóng vai trò đặc biệt quan trọng có thể cho ta biết: chia sẻ trò chơi yêu thích. Như Kramer và John Gottman từng giải thích: “Trò chơi yêu thích nhất đại diện cho các cấp bậc cao nhất trong tương tác xã hội đối với trẻ nhỏ.” Muốn cùng chơi trò chơi, trẻ phải có các ràng buộc nhất định về mặt cảm xúc với nhau, chú ý tới nhất cử nhất động của người cùng chơi. Chúng phải theo dõi biểu lộ tâm tư của bạn phản chiếu qua ánh mắt – cùng thương lượng đưa ra một kịch bản dung hòa cả hai cái nhìn từ hai phía. Khi một trẻ thông báo bắt đầu cuộc chiến ninja[5], nhưng trẻ còn lại chỉ muốn làm cao bồi, cả hai phải cùng đưa ra một giải pháp làm thế nào để cùng chơi hòa thuận.

Dù vậy, nếu một đứa trẻ không tạo lập được những thói quen tốt với bạn bè, thì khi đứa em bé hơn chào đời, sẽ khó mà khích lệ được trẻ học các kỹ năng cùng chơi (chọn một trò chơi cả hai cùng thích, mời em hoặc yêu cầu em cùng chơi, nhận biết được khi nào thì em bận hoặc chỉ muốn chơi một mình.) Chúng ta không khuyến khích được trẻ vì, như Stephanie Punch chỉ ra, anh chị em ruột ngày mai vẫn sẽ ở đó chơi với ta, dù ta có làm gì. Anh chị em ruột cũng như người tù ở chung, chịu phán quyết phải sống chung, không có thời gian dành cho việc xem lại thái độ cư xử. Đơn giản là trẻ chẳng có động lực nào làm

chúng thay đổi thái độ.

Kramer cũng xem xét thái độ của trẻ em qua dịch vụ trông trẻ ngày và nhà trẻ. Sự thật là, trẻ em có thể chơi hòa thuận ở lớp hoặc chơi trong cùng nhóm bạn, nhưng việc này không giúp dự đoán quan hệ của trẻ với anh chị em ruột. Tồn tại mối quan hệ thật giữa bạn bè – mối quan hệ biến trẻ thành người biết quan tâm tới cư xử của mình với người khác, vì biết các cư xử này sẽ có ảnh hưởng tới người mà trẻ yêu quý – đó là cốt lõi của sự khác biệt.

“Một phụ huynh sẽ cố gắng rất nhiều để đáp ứng nhu cầu của đứa con nhỏ. Họ có động lực lớn là tình yêu mình dành cho con,” Tiến sĩ Kramer nói. “Còn một đứa trẻ khác thì sẽ chẳng quan tâm nếu bạn đói hay đang đau đầu gối – vì nó cũng thế.”

Nói cách khác, đòi hỏi từ cha mẹ thì dễ. Chính việc đòi hỏi từ bạn bè mới giúp trẻ phát triển các kỹ năng sống của mình.

“Không phải vì cha mẹ không đóng vai trò quan trọng,” Tiến sĩ kết luận. “Chỉ vì mỗi đối tượng đều quan trọng theo những cách khác nhau.”

Điều này lý giải tại sao, theo một nghĩa nào đó, điều Tiến sĩ Kramer thực sự cố làm chính là chuyển quan hệ của trẻ em từ anh chị em ruột sang một mối quan hệ có tính chất gần hơn với tình bạn ở ngoài đời. Nếu trẻ em thích thú với sự hiện diện của nhau, mâu thuẫn được nâng lên giá trị mới. Cái giá của xung đột sẽ không chỉ là nghỉ chơi với nhau một thời gian, mà còn là mất đi một đối thủ ngang tầm.

Khoa học về sự nổi loạn của tuổi dậy thì

Với trẻ vị thành niên, vì sao tranh luận với người lớn thể hiện sự tôn trọng chứ không phải bất kính – và tranh luận là thể hiện tinh thần xây dựng, chứ không phải phá hoại.

*

Jasmine là một nữ sinh trung học 18 tuổi, ở quận Miami-Dade, bang Florida. Em đẹp một cách tự nhiên, với hàng mi dày, sẫm màu và đôi mắt đen huyền. Dù lớn lên và đang sống tại Opa-Locka, khu nổi tiếng là nghèo và đầy rẫy những tên găng-xtơ, bản thân em lại học tại trường tư có độ cạnh tranh rất cao, ở bên kia thị trấn ("Rất nhiều các bạn da trắng nhà giàu học ở đấy.") Duy trì điểm trung bình chung học tập đạt mức 3,6[1], Jasmine có bảng thành tích học tập đáng khâm phục cũng như với các lớp dự bị đại học và em được chọn vào chương trình đặc biệt dành cho học sinh Mỹ gốc Latinh nhập cư – những trẻ trở thành thế hệ đầu tiên trong gia đình bước chân vào đại học.

Là em út trong một gia đình Cơ đốc truyền thống hai con, Jasmine có mặt trong dàn hợp ca của nhà thờ. Thi thoảng em cũng được đứng trước cả nhà thờ đọc phần Kinh Thánh của tuần. Thích thú với công việc làm thêm của mình tại một bệnh viện địa phương, Jasmine dự định sẽ học hành chăm chỉ hơn trong năm và học tại Đại học Florida; mục tiêu của em là trở thành một bác sỹ.

"Em nghĩ cha mẹ rất tự hào về mình vì họ biết có nhiều trở ngại em đã vượt qua – nhưng em luôn là người có động lực vững vàng," Jasmine nói.

Nhưng cũng có thể, nếu cha mẹ biết những hoạt động bên ngoài khác của Jasmine, nhiều khả năng họ sẽ không bao giờ nói chuyện với em nữa.

Đã từ lâu, Jasmine thấy cha mẹ thường thổi phồng mức độ quan tâm của em dành cho bạn khác giới. Khi em thấy một cậu bạn nào đó dễ thương, cha mẹ không bao giờ để em một mình với người bạn đó. Jasmine chỉ được ra ngoài khi đi với một nhóm bạn, hẹn hò lúc nào cũng có người đi kèm. Vì thế, Jasmine luôn tỏ ra vẻ không quan tâm đến bọn con trai – chúng "chỉ là bạn bè" – rồi sau đó đi chơi riêng với họ. Em có thể tới nhà bạn trai, không ai giám sát, có thể quan hệ tình dục – đôi khi có dự định từ trước, hoặc đôi khi chỉ là một niềm vui tới đột ngột.

Khi 14 tuổi, hai lần một tuần, Jasmine thường trốn khỏi nhà qua cửa sổ tầng hai giữa đêm. Em tham gia những buổi tiệc đêm của đám du côn quanh đó – uống rượu nhiều đến mức chẳng còn nhớ gì. Cả một đêm hoàn toàn biến mất khỏi bộ nhớ. "Em là một người uống đáng gờm đấy," Jasmine cười khúc khích như cô bé học sinh thuở nào. "Em có thể

uống nhiều hơn bất cứ ai."

Ở tuổi 14, em bắt đầu hò hẹn với một bạn trai 18 tuổi. Bố mẹ em biết về anh chàng này – người mà họ rất ghét và chắc chắn không bao giờ cho phép bước qua cửa – còn Jasmine thì hàng đêm trèo qua cửa sổ để gặp cậu ta. Ngay tháng đầu tiên quen nhau, cả hai đã có quan hệ tình dục. Người bạn trai bí mật dạy các biện pháp tránh thai cho em và thuyết phục Jasmine bỏ trốn cùng mình. Việc này kéo dài hàng tháng, cho đến khi mẹ của Jasmine trong lúc mang đồ đi giặt khô, tình cờ phát hiện ra những viên thuốc tránh thai em giấu trong áo váy.

"Mẹ điên lên," Jasmine kể lại. "Bà tức giận đến nỗi không thèm nói chuyện với em. Thế nên bà sai dì em đến để xem chuyện gì đang xảy ra." Jasmine ngay lập tức nói dối về việc bác sỹ cho em thuốc tránh thai để điều hòa hoóc-môn – và một thời gian sau thì gia đình cũng tin những gì em nói là thật. Như những gì họ vẫn biết, họ tin em vẫn còn trong trắng.

Jassmine bắt đầu gặp các chàng trai từ phòng chat internet. Thường là những người hơn em vài tuổi. Một người – ít nhất cũng phải hơn 20 – đến nhà đưa em đi chơi. Nhìn qua cửa, sẵn sàng đi chơi rồi, nhưng Jasmine cho rằng anh chàng đó quá già và em quyết định không đi nữa.

Suốt bốn năm trốn đi chơi, Jasmine chỉ bị bắt gặp có một lần – cảnh sát dừng em và một người bạn khi đi ngang qua phố lúc ba giờ sáng, giờ quá ngưỡng giới nghiêm. Cảnh sát đưa em về nhà và ngay lập tức Jasmine bị bố mẹ cấm đi chơi cho đến hai tháng sau. Bây giờ, chững chạc hơn ở tuổi 18, Jasmine chỉ còn trốn đi chơi mỗi tuần một lần. "Em không còn đi chơi nhiều nữa... trừ khi có những cuộc gọi thật đặc biệt và những cuộc hẹn hò bí mật."

Đã hai lần, bạn trai cũ chuốc cho em say rồi cưỡng đoạt. Jasmine cũng có vẻ thừa nhận đã bị lạm dụng tình dục – nhưng cương quyết không thừa nhận cả hai tai nạn đó đều do lỗi của em. "Em đã uống cả một chai vodka đầy, em biết nếu say thì việc này có thể xảy ra. Em đã rất ngu ngốc. Việc đó xảy ra vì em không khôn ngoan. Ơn Chúa, em đã không mang thai." Jasmine dừng lại. "Em nghĩ chắc Chúa phải yêu mình lắm, nên em mới còn sống thế này."

Jasmine không chỉ nói dối về chuyện hẹn hò. Em nói dối về cả những việc không cần che đậy. Việc nói dối cứ như máy bay cài chương trình lái tự động. "Ngày nào em cũng nói dối cha mẹ. Đêm nào em cũng nói dối về bài tập về nhà. Em nói đã xong bài tập khi thậm chí chưa bắt đầu làm. Em có làm xong bài tập – nhưng em làm ở trường trước khi vào lớp. Chưa bao giờ em nói là xong mà đã xong cả."

Jasmine giải thích: "Em chỉ không muốn nói với mẹ điều sẽ làm cuộc sống của em trở nên khó khăn. Mẹ mắng em nhiều quá – và em cũng không muốn mẹ dừng. Nếu mẹ không làm vậy, em sẽ nghĩ là mẹ không quan tâm đến em. Vì vậy, đôi khi em nói với mẹ sự thật – khi em cảm thấy đang bị mắng. Phụ thuộc vào cảm giác lúc đó của em. Nhưng em chỉ nói sự thật khi em muốn thôi."

Lúc này nếu cha mẹ tìm ra sự thật, thực sự rất tệ nhưng Jasmine không lo lắng chút

nào – giờ thì em đã là một người trưởng thành về mặt luật pháp và đang chờ tới kỳ đi bầu cử Tổng thống đầu tiên của mình. “Có thể em sẽ kể với mẹ một ngày nào đó. Nhưng phải rất lâu nữa. Khi mẹ thấy em đã trưởng thành, có cuộc sống riêng tốt, mẹ không còn phải lo cho em nữa. Sau khi em có sự nghiệp riêng và đã ổn định rồi.”

Cho tới gần đây, chúng tôi vẫn không thực sự nắm được tần suất nói dối cha mẹ của các bạn trẻ đang trong độ tuổi vị thành niên. Không có một cơ chế tính đếm nào cả. Hầu hết phụ huynh đều có cảm giác mình không được nghe sự thật nào từ con. Tự họ bổ sung các phần thông tin còn thiếu với trực giác, niềm tin và một chút sợ hãi.

Với những thứ không tuyệt đối khác trong cuộc sống, chúng ta có những thống kê về tỷ lệ trung bình cho thấy mức độ thường gặp. Khi một cặp kết hôn chẳng hạn, họ có 57% khả năng được ăn mừng kỉ niệm 15 năm ngày cưới. Còn nếu băn khoăn bạn sống thọ bao lâu, thì hiện tuổi thọ trung bình của một người là 78 tuổi. Những người dự kỳ sát hạch luật sư của bang New York có 83% cơ hội thành công cho lần đầu tiên dự thi và một học sinh trung học nộp đơn vào Harvard có 7% cơ hội được nhận.

Vậy liệu chúng ta có nên đưa ra một thống kê tương tự về mức độ nói dối của con cái tuổi vị thành niên với cha mẹ?

Theo điều tra, trong 36 chủ đề có khả năng nói dối, trung bình một thiếu niên nói dối cha mẹ khoảng 12 chủ đề. Một thiếu niên nói dối về việc tiêu tiền tiêu vặt mà cha mẹ cho, về khi bắt đầu hẹn hò, về quần áo mặc khi ra khỏi nhà. Thiếu niên nói dối về cả việc xem phim gì và xem với ai. Các em còn nói dối về việc dùng rượu và ma túy, về việc chơi với các bạn bè mà cha mẹ cấm không cho giao du. Thiếu niên cũng nói dối về việc sử dụng thời gian rảnh trong những buổi chiều, khi cha mẹ vẫn còn ở công sở. Thiếu niên nói dối rằng người hộ tống dự tiệc đang ở bên, trong khi thực ra người đó đang bị nhốt trong xe bởi một bạn trẻ say khướt nào đó. Các em nói dối cả về những việc nhà lặt vặt – làm xong bài tập chưa, đang nghe loại nhạc gì.

“Rượu chè, dùng ma tuý và đời sống tình dục là những vấn đề trẻ hay giấu cha mẹ nhất,” Darling nhấn mạnh. “Nhưng không phải bọn trẻ chỉ cố giấu các hành vi tình dục,” bà lưu ý. “Cái mà trẻ thực sự phản đối là những xâm phạm thô bạo về mặt cảm xúc – như khi bị hỏi ‘Mối quan hệ này nghiêm túc tới mức nào?’ và ‘Con có yêu bạn này thật không?’ Các em hoàn toàn không muốn phải trả lời những câu hỏi này.”

Chỉ ¼ số lần trẻ trắng trợn dựng chuyện nói dối để che đậy tội lỗi. Theo số liệu của Darling, những lời nói dối trực tiếp này là để giấu đi những việc tệ hại nhất. Trong một nửa số trường hợp, các em xử lý việc nói dối bằng cách giấu bớt các chi tiết liên quan có thể làm cho cha mẹ bực mình; các bậc phụ huynh chỉ được nghe một nửa câu chuyện. Và trong ¼ số trường hợp, thiếu niên xử lý bằng cách không bao giờ nhắc đến việc đó, hy vọng cha mẹ sẽ không biết mà tra hỏi.

Hiếm khi các em tuyệt đối trung thực với phụ huynh. 96% số thiếu niên tham gia chương trình nghiên cứu của Darling ghi nhận có nói dối phụ huynh. Các học sinh ưu tú cũng không hề có con số khả quan hơn, theo một nghiên cứu khác. Và những trẻ quá bận bịu, thời gian biểu kín mít cũng vậy. Rõ ràng không trẻ nào quá bận đến mức không vượt

rào vài lần.

“Khi bắt đầu nghiên cứu này, tôi đã nghĩ lý do chính khi các bạn trẻ nói dối là: “Tôi muốn tránh xa rắc rối”, Darling giải thích. “Nhưng thực ra, lý do dễ gặp nhất của việc nói dối lại là: ”Tôi đang cố gắng bảo vệ mối quan hệ với cha mẹ mình, tôi không muốn họ thất vọng về tôi.’”

Darling cũng gửi qua thư vài bộ câu hỏi thăm dò dành cho các bậc phụ huynh, rất thú vị khi quan sát hai bộ dữ liệu phản ánh trong nhau. Đầu tiên, ấn tượng đập ngay vào tâm trí bà là nỗi sợ hãi sâu sắc của phụ huynh khi đối mặt với việc đang dồn trẻ đến bước nổi loạn. “Nhiều phụ huynh ngày nay tin rằng cách tốt nhất khiến con trẻ mở lòng với mình là tỏ ra thoáng hơn và không áp đặt các quy tắc hà khắc trong gia đình”. Phụ huynh liên tưởng đến một vụ trao đổi: hoặc kiểm soát hà khắc, hoặc có thông tin từ con cái. Thà được nghe sự thật và có thể giúp con còn hơn chẳng biết gì.

Darling tìm ra các phụ huynh kiểm soát thoáng hơn cũng không hề có thêm thông tin về đời sống thực của con. “Những bạn thiếu niên hoang dại hơn trong lối sống và gặp rắc rối chủ yếu là những người mà cha mẹ không áp đặt một quy tắc hay chuẩn mực nào. Số phụ huynh này yêu con cái và chấp nhận bất cứ điều gì các em làm. Nhưng các bạn trẻ nhìn vào đó chỉ thấy cha mẹ không thật sự quan tâm – các em cho rằng phụ huynh đang chán ghét công việc làm cha mẹ của mình.”

Bằng cách giữ kín thông tin về cuộc sống của mình, các bạn trẻ vị thành niên tạo ra một mảng đời sống xã hội xoay quanh chỉ riêng bản thân mình, độc lập với phụ huynh hay những người giám hộ. Theo một thống kê của Harris Poll[2], 78% phụ huynh chắc chắn rằng các con đang ở tuổi vị thành niên sẵn sàng chia sẻ với mình mọi điều. Tuy nhiên, các bạn trẻ lại hoàn toàn phủ nhận điều này.

Từ góc nhìn của trẻ, để cha hoặc mẹ giúp mình, trên thực tế là kiếm tìm một sự cho phép ngầm những việc mà bản thân trẻ chưa đủ trưởng thành để tự xử lý. Phải nói ra với cha mẹ có thể làm trẻ cảm thấy yếu thế về mặt tinh thần, dù là bị cha mẹ thúc ép hay trẻ tự thấy mình nên nói ra chăng nữa. Cốt lõi vẫn là quan điểm “Không phải việc của bố mẹ.”

Điều gây ngạc nhiên lớn trong nghiên cứu là *thời điểm* nhu cầu tự quản này trở nên cao nhất. Nhu cầu này không xuất hiện khi trẻ 12, đạt mức trung bình ở tuổi 15 rồi cao nhất khi các bạn 18 tuổi. Nghiên cứu của Darling cho thấy sự phản kháng của thiếu niên với phụ huynh đạt đỉnh điểm ở tuổi 14 hoặc 15. Trên thực tế, sự chống đối này ở tuổi 11 có mạnh hơn đôi chút so với thời điểm đối tượng nghiên cứu đạt 18 tuổi. Trong văn hóa chung, chúng ta nghĩ những năm trung học là thời điểm nguy cơ rất cao, nhưng việc nói dối do thôi thúc tâm lý dấy lên từ trước đó.

Một vài phụ huynh cố gắng sống theo hình mẫu cha mẹ khắc nghiệt với rất nhiều xâm phạm thô bạo về đời sống tinh thần, nhưng con trẻ không hề phản kháng. Chúng vâng lời. Và chán nản.

“Mỉa mai là, kiểu cha mẹ cương quyết nhất với việc thúc ép con cái theo các nguyên tắc lại là những bậc cha mẹ có tâm hồn ấm áp và giao tiếp nhiều nhất với chúng,” Darling quan

sát. Thường họ đưa ra vài nguyên tắc liên quan tới một số mặt đời sống ảnh hưởng nhất định và giải thích rõ tại sao lại có các nguyên tắc đó. Họ trông đợi trẻ tôn trọng nguyên tắc. Trên các mặt đời sống khác, họ ủng hộ quyền độc lập của trẻ, cho phép con cái được tự do ra quyết định của riêng mình.

Những đứa trẻ có nhóm cha mẹ này nói dối ít nhất. Thay vì che giấu 12 lĩnh vực của đời sống, chúng có thể chỉ che giấu năm.

*

Trong từ điển, từ trái nghĩa với trung thực là dối trá và từ trái nghĩa với phản bác là đồng tình. Nhưng trong tâm trí của các bạn vị thành niên, mọi việc không như thế. Thực vậy, với một trẻ vị thành niên, phản bác mới là từ trái nghĩa của dối trá.

Hơi khó hiểu phải không, vậy hãy để tôi bóc tách vấn đề ra cho bạn cùng thấy.

Khi nghiên cứu viên của Nancy Darling phỏng vấn các bạn tuổi vị thành niên hiện đang học tại Trường Trung học Khu vực Cao đẳng của Bang, họ cũng hỏi các em khi nào và tại sao các em vẫn kể với cha mẹ sự thật dù biết cha mẹ sẽ không chấp nhận. Đôi khi các em kể sự thật vì biết dối trá không thoát được – chúng sẽ bị lật tẩy. Nhiều khi các em nói sự thật vì thấy mình có nghĩa vụ phải nói, như là “họ là cha mẹ tôi, tôi nên nói với họ.” Nhưng động lực chính thúc đẩy các em nói với phụ huynh sự thật chính là niềm hy vọng của các em vào việc cha mẹ sẽ đồng ý và nói với các em rằng không sao cả. Thông thường điều này cũng đồng nghĩa với một cuộc chiến nảy lửa, nhưng cũng đáng nếu cuối cùng phụ huynh sẽ lay chuyển.

Trong những gia đình việc nói dối xảy ra ít hơn thì tỷ lệ tranh cãi, phàn nàn lại cao hơn. Tranh luận là tốt – tranh luận tức là trung thực. Nhưng cha mẹ không nhận ra điều này. Tranh cãi khiến họ phát cáu.

Vài kiểu xung đột, dù rất gay gắt, lại là biểu hiện cao nhất của sự tôn trọng – chứ không phải bất kính.

Tại Đại học Tổng hợp Rochester, Judith Smetana, người tiên phong trong nghiên cứu tâm lý tuổi thiếu niên, xác nhận rằng, trong dài hạn: “Các tranh luận với cha mẹ của vị thành niên thường dẫn tới các điều chỉnh tốt hơn hẳn so với quan hệ không có tranh luận hoặc tranh cãi liên tục.”

Hầu hết phụ huynh đều không tạo được sự khác biệt này khi tranh luận với con trẻ. Tiến sĩ Tabitha Holmes nghiên cứu trên 50 nhóm mẹ và con gái ở tuổi vị thành niên. Mẫu của bà được hình thành từ các gia đình trong chương trình Vượt lên Ranh giới, hỗ trợ bởi Bộ Giáo dục Mỹ, nhằm giúp các học sinh trung học Mỹ nghèo khó có cơ hội vào đại học. Các bà mẹ đặt khát vọng lớn vào con gái và luôn có tâm lý bảo vệ con – thường qua việc yêu cầu con cái vâng lời. Holmes mở rộng nghiên cứu, phỏng vấn riêng mẹ và con gái, nhằm có được mô tả về các tranh luận của họ cũng như cảm giác của đối tượng. Kết quả có một sự khác biệt rất lớn.

46% các bà mẹ cho rằng tranh cãi là hủy hoại mối quan hệ. Bị con cái thử thách quả thật rất ức chế, rối loạn và (theo cái nhìn của họ) bị coi thường nghiêm trọng. Càng tranh luận thường xuyên, mức độ tranh cãi càng căng thẳng, các bà mẹ càng cảm thấy các cuộc chiến này nguy hại. Nhưng chỉ có 23% các cô con gái có cảm nhận tranh luận là phá hoại. Rất nhiều em tin rằng tranh luận củng cố mối quan hệ của các em với mẹ. “Nhận định về tranh luận của các em thực sự làm ta rối trí, vượt xa những gì chúng tôi từng nghĩ,” Holmes lưu ý. “Các em xem tranh đấu là một cách mới để nhìn nhận cha mẹ, đó là kết quả của quá trình lắng nghe các quan điểm của người mẹ.”

Điều làm Holmes ngạc nhiên nhất chính là việc, với các em gái tuổi vị thành niên, tranh luận thường xuyên hay nảy lửa không hề làm các em nghĩ rằng đó là hành động phá hoại và làm tổn hại quan hệ. Về mặt thống kê, điều đó không gây nên sự khác biệt nào. “Chắc chắn có một vấn đề trong các gia đình mà thành viên xung đột quá nhiều. Nhưng trong nhóm đối tượng nghiên cứu của chúng tôi, không ai có quá nhiều xung đột.” Thay vào đó, cách hóa giải các mâu thuẫn này chính là biến số chủ đạo. Về cơ bản, các cô con gái cần được lắng nghe và nếu chúng thực sự có lý, các bà mẹ cần nhượng bộ. Cô con gái phải giành phần thắng trong một vài cuộc tranh luận và sẽ nhượng bộ với những điểm còn lại.

Những cô con gái cho rằng tranh luận cũng bằng hủy hoại là các em có cha mẹ cứng rắn, không hợp tác. Các em thường nghe cha mẹ răn “Đừng có cãi tôi!” thậm chí trước cả khi thốt nên lời. “Dù chỉ một nhượng bộ rất nhỏ cũng giúp các em cảm thấy mọi việc được giải quyết ổn thỏa,” Holmes nói. “Một cô con gái nói rằng muốn có hình xăm. Mẹ cô bé cấm, nhưng cho phép em mua một đôi giày rất kỳ quái mà trước kia bà không đồng ý.”

“Các bậc phụ huynh biết thỏa hiệp là những người có nhiều thông tin từ con cái nhất,” theo Tiến sĩ Robert Laid, phó giáo sư đại học tổng hợp New Orleans. “Cha mẹ quá khắt khe, không nhượng bộ khiến trẻ trở nên ranh ma tìm cách lách luật.”

Điều này thực sự có ý nghĩa, mặc dù nó vẫn là một phát hiện gây tranh cãi, vì trong xã hội ngày nay chúng ta thường được cảnh báo đừng trở thành những kẻ dễ bị khuất phục; chúng ta được khuyên rằng nhượng bộ sẽ tạo ra đất nước của ăn mày và những kẻ chỉ biết rên rỉ. Ngay cả nghiên cứu của Nancy Darling cũng cho thấy các bậc phụ huynh dễ dãi không phải là những phụ huynh thành công trong việc dạy con.

Tới lúc này, khoa học có vẻ mang tính hai mặt khá rõ – mặt này, phụ huynh phải là những người nghiêm khắc, kỷ luật, nhưng mặt khác, các bậc cha mẹ lại phải thật linh hoạt, nếu không những xung đột cha mẹ - con cái sẽ ảnh hưởng tiêu cực đến tâm lý các em. Các nhà khoa học, các ngài đã có thể khẳng định được chưa? Hay còn có khía cạnh nào tinh tế hơn mà chúng ta bỏ sót?

Vậy là, tồn tại khái niệm cho rằng các bậc phụ huynh dễ bị thuyết phục chính là những người thường nhượng bộ với con trẻ, vì họ không thể chịu được khi nhìn con cái khóc lóc, hay nài nỉ. Họ xoa dịu con cái chỉ vì muốn chúng nín ngay. Họ muốn làm bạn với con cái, họ cũng không thoải mái nếu con cái nhìn nhận mình không hay. Đó vẫn không phải là người cha, người mẹ luôn lắng nghe con, chấp nhận thay đổi quyết định nếu con mình bảo vệ được quan điểm của nó về việc tại sao các quy tắc trong gia đình lại cần thay đổi.

Nancy Darling cũng thấy được sự khác biệt này. Kiểu cha mẹ ít bị con trẻ nói dối nhất, là những người có quy tắc, kiên định với các quy tắc mình đặt ra, nhưng vẫn tìm ra cách hành động thật linh hoạt, khiến các quy tắc này vẫn được trẻ tôn trọng. “Nếu giờ giới nghiêm của một bạn trẻ là 11 giờ đêm và em giải thích vài lý do, một vài điều bất thường xảy ra chẳng hạn, cha mẹ có thể nói: “Được rồi, riêng đêm nay, con có thể về nhà lúc một giờ sáng”, điều này sẽ khích lệ con trẻ không nói dối và tôn trọng giờ giấc.” Sự hợp tác này khiến cha mẹ càng có uy tín hơn.

Có thể dạy trẻ tự tổ chức?

Những nhà khoa học đang phát triển mô hình nhà trẻ mới mỗi ngày lại mất đi nhiều nguồn tài trợ – các em thành công đến mức không còn được liệt vào hàng "gặp nguy hiểm" cần nghiên cứu nữa. Bí mật phía sau là gì?

*

Trong trường học của chúng ta, học sinh là đối tượng của rất nhiều khóa huấn luyện có định hướng tốt, nghe qua thì rất hay, nhưng lại không đạt khi mang ra phân tích dưới góc độ khoa học. Các trường nghiêm túc thực hiện vai trò của mình trong việc nhào nặn nên không chỉ những học sinh tốt, mà là những công dân tốt – nhưng đôi khi ý định hay lại không được xây dựng trên cơ sở những ý tưởng tốt. Vấn đề càng nghiêm trọng, các trường càng hối hả đưa thêm vào các chương trình đào tạo nhằm đối phó. Một ví dụ, chương trình D.A.R.E – Giáo dục Phòng chống Lạm dụng Ma túy.

Tuy nhiên, chương trình nào càng có tính xã hội hóa cao, nhận được nhiều hỗ trợ từ chính phủ, thì càng được đặc biệt chú ý phân tích dưới góc độ khoa học. Suốt những năm 1990 và những năm 2000, các công trình nghiên cứu tiến hành ngẫu nhiên trên hai nhóm sinh viên có và không tham gia chương trình D.A.R.E. Trong một vài nghiên cứu, D.A.R.E. chỉ cho thấy tỷ lệ giảm rất nhỏ về số học sinh sử dụng thuốc lá, rượu hay ma túy ngay sau khi kết thúc chương trình, nhưng tất cả các nghiên cứu không hề cho thấy có mức giảm đáng kể nào trong dài hạn.

Không chỉ riêng D.A.R.E. và cũng không nên chỉ xem xét riêng chương trình này. Hàng trăm chương trình phòng tránh ma túy nhận được nhiều tiền tài trợ từ chính quyền liên bang; Bộ Y tế và Dịch vụ Con người đã xem xét tổng số 718 chương trình và chỉ nhận định 41 trong số đó có kết quả tích cực.

Trong quá trình nghiên cứu viết cuốn sách này, chúng tôi bắt gặp hàng tá các chương trình giảng dạy trong trường học, rất hay trên lý thuyết nhưng còn xa mới được như vậy trong thực tế. Bên cạnh đó cũng có những chương trình đơn giản nhưng lại hiệu quả. Chương trình tôi muốn nói ở đây là chương trình Công cụ Trí tuệ.

*

Điều thú vị hơn cả kết quả của chương trình này chính là nguyên nhân *tại sao* nó mang lại hiệu quả và nó giúp chúng ta hiểu thêm những gì về cách thức học tập của trẻ nhỏ.

Ashley tới thăm nhà trẻ và trường mầm non trong chương trình nói trên, ở hai thị trấn khá giàu có gần Denver; tôi thăm cả hai kiểu lớp học đó ở vùng nghèo hơn tại Neptune,

New Jersey, nằm trên đường đến Garden State Parkway giữa New York và Atlantic City.

Hầu hết những hoạt động trong một ngày học của trẻ không khác nhiều so với lớp học truyền thống. Có giờ giải lao và ăn trưa, giờ ăn nhẹ và giờ ngủ trưa. Nhưng một ngày tiêu biểu của nhà trẻ trong chương trình này có vẻ rất khác – nằm ở những điều ta thấy và không thấy trong chương trình. Lịch trên tường không xếp theo tháng nữa, mà ngày được ghi thành hàng trên một băng giấy dài. Bảng chữ cái không còn được minh họa theo cách truyền thống; thay vào đó, trẻ dùng một bảng âm thanh, có con khỉ đứng cạnh chữ K; và mặt trời đứng gần chữ Tr.

Khi lớp học bắt đầu, giáo viên thông báo với trẻ rằng cả lớp sẽ chơi trò cứu hỏa. Tuần trước, các em đã học về lính cứu hỏa, nên bây giờ, lớp học được bày trí lại thành bốn khu vực khác nhau – một góc là trạm cứu hỏa, góc khác là một ngôi nhà đang cần chữa cháy. Trẻ chọn vai mình yêu thích – người lái xe cứu hỏa, người trực tổng đài 911, lính cứu hỏa, hoặc gia đình nạn nhân. Trước khi trẻ chơi, mỗi em nói với giáo viên mình chọn vai nào.

Cùng với sự giúp đỡ từ giáo viên, mỗi trẻ tự lên một "phương án chơi." Các em vẽ một bức tranh về vai đã chọn của mình, sau đó các em cố gắng viết ra một câu, trên giấy trắng, bằng khả năng tốt nhất của mình. Kể cả trẻ ba tuổi cũng viết hàng ngày. Với vài em, phương án chơi chỉ nằm vẻn vẹn ở một câu mà mỗi chữ nằm một dòng. Vài em thì dùng bảng phát âm để tìm ra các nguyên âm tạo nên từ. Những trẻ lớn nhất đã nhớ làm thế nào để viết câu "Tôi sắp" và dùng bảng phát âm để dựng nốt phần còn lại.

Sau đó trẻ cùng chơi, theo đúng các vai được mô tả trong bảng phương án chơi. Các em chơi trong suốt 45 phút, mỗi em chơi đúng vai của mình, rất tự giác. Nếu các em lơ đãng hoặc bắt đầu làm rối lên, giáo viên sẽ hỏi: "Việc này có đúng như phương án chơi của em không?" Mỗi ngày khác nhau trong tuần, trẻ chọn chơi các vai khác nhau trong kịch bản. Trong suốt khoảng thời gian chơi giáo viên hướng dẫn các em chơi nhưng không bao giờ chỉ bảo trực tiếp một điều gì.

Cuối buổi, giáo viên bật bài hát "Khúc ca dọn dẹp". Ngay khi nhạc bắt đầu, các em dừng chơi, bắt tay vào dọn dẹp – không cần một lời nhắc nhở nào từ giáo viên. Sau đó, các em sẽ chơi một trò được gọi là đọc tâm trạng của bạn. Các em được phân thành từng cặp, ngồi đối diện nhau; một em được đưa cho một tờ giấy có vẽ hình đôi môi, em còn lại cầm một bức vẽ đôi tai. Em cầm tranh đôi môi đọc lướt qua một cuốn sách, kể lại câu chuyện mà các em thấy từ những bức vẽ. Em còn lại lắng nghe và đến hết câu chuyện, hỏi một câu về câu chuyện đó. Sau đó, hai em đổi vai.

Các em cũng thường chơi những trò yêu cầu sự kiểm soát, như "Simon nói[1]". Một biến thể khác được gọi là thực hành đồ họa; giáo viên bật nhạc lên và trẻ bắt đầu vẽ các hình dạng và vòng xoắn. Thi thoảng, giáo viên ngừng nhạc và các em cũng tập dừng bút bất cứ khi nào nhạc dừng.

Chương trình mẫu giáo được mở rộng từ cấu trúc chương trình của nhà trẻ, kết hợp chặt chẽ tính học thuật với các tiền đề giả định dựa theo bất cứ cuốn sách nào mà trẻ đọc trong giờ. Nhìn tổng thể, lớp học của chương trình Công cụ có vẻ khác một chút, nhưng không lạ lẫm xét ở bất cứ góc độ nào. Nếu dõi theo hoạt động của lớp, bạn có thể không

nghĩ kết quả sẽ tốt đến vậy. Về mặt này, đây là kiểu chương trình đối lập với D.A.R.E. – có vẻ rất hoành tráng, nhưng kết quả lại kém cỏi. Công cụ Trí tuệ là chương trình có kết quả tuyệt vời, mặc dù không phần nào trong chương trình viện đến trực giác hay bản năng.

Mùa xuân tiếp sau đó, tất cả các em thực hiện bài kiểm tra chuẩn quốc gia. Kết quả khiến mọi người rất ngạc nhiên. Các em từ chương trình Công cụ có kết quả toàn khóa gần như *vượt* chuẩn quốc gia. Ở quận, chỉ có khoảng một nửa các bé mẫu giáo dự thi đạt cấp độ ngôn ngữ thông thạo ở đúng cấp lớp của mình. Với chương trình Công cụ, 97% các em đạt cấp độ ngôn ngữ thông thạo.

Vậy nhờ đâu mà giáo trình này lại có hiệu quả đến vậy? Rất nhiều yếu tố liên quan, nhưng hãy bắt đầu với yếu tố khác biệt lớn nhất của chương trình Công cụ – việc viết những phương án chơi và thời gian chơi khá dài của trẻ.

Trong tất cả các trường mẫu giáo trên toàn nước Mỹ, trẻ đều chơi trò lính cứu hỏa. Nhưng thường thì sau 10 phút, kịch bản đổ vỡ. Giữ một ống nước cứu hỏa giả vờ trong một đám cháy giả là hoạt động đơn điệu và đã trở nên lỗi thời; cần có hứng thú, trẻ em dễ bị xao lãng bởi những trò mà trẻ khác đang chơi và sẵn sàng chạy sang trò chơi mới. Việc chơi mang lại niềm vui ngẫu nhiên, nhưng không *lâu bền*. Tại các lớp Công cụ, bằng việc chia lớp học thành nhiều khu vực, với các chức năng khác nhau và bằng việc yêu cầu trẻ gắn bó với vai của mình trong giờ chơi, trò chơi trở nên phức tạp và có tính tương tác cao hơn trước. Trẻ đóng vai nạn nhân gọi 911; tổng đài đổ chuông; lính cứu hỏa nhảy xuống từ giường tầng; xe tải đến cứu gia đình nạn nhân. Trò chơi trở nên có suy tính, chín chắn, đa chiều và có thể kéo dài.

Khả năng duy trì sự thích thú của một người vào cuộc chơi chính là nền tảng cốt lõi của chương trình Công cụ. Phụ huynh thường nghĩ tới việc thúc ép con mình chú ý và tỏ ra ngoan ngoãn với giáo viên. Họ thấy trẻ em chỉ có thể tập trung học tập nếu tránh được xao lãng. Chương trình Công cụ nhấn mạnh vào khía cạnh khác hẳn – trẻ sẽ không bị xao lãng nếu chúng thực sự tham gia vào các hoạt động mà chúng đã chọn. Bằng cách diễn các vai mình tự chọn trong bản phương án chơi, trẻ hoàn toàn bị thu hút trong khoảng thời gian đó.

Trong một công trình nghiên cứu nổi tiếng ở Liên Xô từ những năm 1950, trẻ em được yêu cầu đứng yên càng lâu càng tốt theo khả năng của mỗi em – chúng chỉ đứng được hai phút. Sau đó, nhóm thứ hai được yêu cầu *giả vờ* là lính gác đang làm nhiệm vụ và phải đứng nghiêm tại vị trí – các em đứng được 11 phút.

“Ưu điểm của trẻ nhỏ là,” Bodrova giải thích: “chúng không chắc chúng giỏi chuyện gì đó hay không. Khi bạn yêu cầu trẻ chép lại đúng những gì giáo viên viết trên bảng, trẻ có thể nghĩ rằng, ‘mình làm sao mà viết tốt như thầy được,’ và không muốn làm nữa. Nhưng có thể đưa một tập giấy nhắn cho đứa trẻ đang đóng vai người phục vụ tại nhà hàng bánh pizza. Johnny gọi bánh pizza phô mai, còn bạn thì pizza tiêu cay. Các em không biết mình có thể viết hay không – chúng chỉ biết rằng mình phải làm gì đó để ghi nhớ những món pizza vừa được gọi. Cuối cùng, các em viết nhiều hơn cả khi bạn yêu cầu chúng kể một câu chuyện.”

Có một điều rõ ràng là trẻ em ngày nay vui chơi ít hơn nhiều. Áp lực điểm số học tập tăng lên khiến nhiều trường cắt bớt giờ giải lao để tập trung vào giờ học trong lớp. Điều này dẫn tới một nghịch lý; các chuyên gia và các nhà bình luận xã hội đều cho rằng giờ chơi rất có giá trị, không nên cắt bỏ. Lập luận của họ rất rõ ràng: não cần nghỉ ngơi, trẻ cần giải tỏa năng lượng, giảm giờ nghỉ giải lao làm tăng trì trệ và chính trong các giờ chơi này mà trẻ học được các kỹ năng xã hội. Chương trình Công cụ gợi ý một lợi ích hoàn toàn khác – nhờ có giờ ra chơi, trẻ học được các nền tảng căn bản để phát triển khả năng thành công trong học tập sau này và thực tế các em phát triển được các nền tảng này trong giờ chơi *tốt hơn* là trong các lớp học truyền thống.

Ví dụ, xét về khả năng liên tưởng. Hầu như mọi thứ trẻ học trong lớp đều yêu cầu chúng phải nắm bắt các kết nối giữa thực tế và minh họa trừu tượng, biểu tượng: các chữ cái trong bảng chữ cái là biểu tượng của âm thanh và lời nói; tấm bản đồ trên tường là biểu tượng của thế giới; lịch ngày là biểu tượng của cách tính thời gian trôi qua. Những từ viết trên một tờ giấy – như từ CÂY chẳng hạn – trong mắt người nhìn không hề giống một cái cây ngoài đời thực chút nào.

Trẻ nhỏ học liên tưởng trừu tượng qua trò chơi nơi bàn và ghế trở thành xe cứu hỏa. Quan trọng hơn, khi trò chơi bao gồm cả các yếu tố tương tác, như trong chương trình Công cụ, não của trẻ học cách kết hợp các biểu tượng với rất nhiều các biểu tượng khác, gần gũi với tư duy trừu tượng ở cấp độ cao hơn. Trẻ làm chủ quy trình trí tuệ của não, tư duy đồng thời một lúc nhiều đối tượng và kết nối chúng với nhau.

Nếu có, khi nào chúng phát triển tiếng nói đó? Chương trình Công cụ được thiết kế nhằm khuyến khích phát triển sớm về Nhận thức nội tại của trẻ, giúp các em không còn hành động tự phát trong lớp và có thể chủ động tránh được sự xao lãng.

Chương trình Công cụ làm được điều này bằng cách khuyến khích tiếng nói đó bên trong của mỗi người, quan điểm cá nhân, bằng cách trước tiên dạy trẻ thể hiện ra hết những điều mình đã dự định – các em tự nói lên suy nghĩ thông qua các hoạt động của mình. Khi trẻ em học chữ “C” viết hoa, các em đồng thanh đọc to, “Bắt đầu từ trên và đi vòng quanh” như thể các em bắt đầu in chữ “C” ra vậy. Không ai bắt các em phải dừng nói, nhưng chỉ sau vài phút, các em dừng điệp khúc. Chỉ còn những tiếng thì thầm nho nhỏ. Thêm vài phút nữa, một vài trẻ vẫn tiếp tục đọc to – nhưng hầu hết bọn trẻ chỉ tự nhẩm trong đầu. Một vài trẻ không nhận ra, nhưng các em tiếp tục mấp máy môi câu hướng dẫn kia cho chính mình.

Đối với những trẻ học tốt ở trường – chỉ viết câu trả lời ra, các em đã biết ngay câu trả lời có đúng hay không. Chúng có một giác quan nhạy bén, một cảm nhận cho các em biết câu trả lời có đúng hay không. Các em nào còn băn khoăn thì thực sự không chắc chắn về đáp án; các em có thể có câu trả lời đúng nhưng thiếu một nhận thức đầy đủ. Vì vậy, để phát triển nhận thức này, khi một giáo viên của chương trình Công cụ viết chữ “D” lên bảng, giáo viên thường đưa ra bốn cách viết và yêu cầu các em chọn đâu là chữ đẹp nhất.

Leong giải thích: “Điều này giúp thúc đẩy khả năng tự phân tích chữ “D” đẹp là chữ thế nào và các em muốn những chữ “D” của mình trông như thế nào. Các em sẽ tư duy về chữ D của mình khi nghĩ tới chữ của cô giáo viết.” Các em ở những lớp Công cụ cũng thường

xuyên chịu trách nhiệm kiểm tra bài làm của nhau. Trong một lớp mà Ashley quan sát, các cặp trẻ em thực hành về lối viết, sau khi viết xong, các em chụm lại, cùng xem chữ ai đẹp hơn. Nếu một trẻ hoàn thành qua loa nhiệm vụ kiểm tra bài, trẻ còn lại sẽ có ý kiến ngay. Dù chỉ năm tuổi, em thực sự muốn người giám sát mình làm việc nghiêm khắc hơn.

Rất nhiều bài tập được chọn đưa vào chương trình nhờ khả năng dạy trẻ chú ý đến các dấu hiệu nền tảng và làm chủ được sự thôi thúc bên trong mình. Trò chơi "Simon nói" chẳng hạn, hướng trẻ đến việc bắt chước người cầm trịch, nhưng cũng yêu cầu trẻ phải thật tập trung và kiểm soát bản thân trong những đoạn nghỉ xen kẽ. Tương tự, khi giáo viên bật bài hát "khúc ca dọn dẹp", trẻ phải lưu tâm đến bài hát để chắc chắn khi bài hát kết thúc cũng là lúc mình dọn dẹp xong. Trong phần tìm hiểu tâm lý của bạn, trẻ nào cũng nóng lòng muốn được là người phát biểu trước; nhưng ai cầm hình ảnh đôi tai phải biết lắng nghe một cách kiên nhẫn và học được tính kiềm chế sự nóng ruột để chờ đợi.

Thành quả của chương trình Công cụ là những đứa trẻ không chỉ đơn thuần biết cách cư xử, mà còn biết tự tổ chức và tự định hướng. Chỉ sau ba tháng thử nghiệm, các giáo viên chương trình Công cụ ở bang New Mexico báo cáo số vụ lộn xộn trong lớp học giảm từ trung bình 40 vụ/tháng xuống còn không vụ. Và trẻ trong các lớp Công cụ cũng không dễ gì đánh mất sự tập trung. Trong một buổi nghỉ ăn trưa tại căng-tin của trường, ở bang New Jersey, các bé mẫu giáo trong chương trình Công cụ chứng kiến số học sinh còn lại xông vào một vụ ẩu đả vì tranh giành đồ ăn. Không một em nào trong chương trình Công cụ tham gia, dù chỉ là ném một mẩu thức ăn nhỏ và khi quay lại lớp, các em kể với giáo viên rằng các em không thể tin nổi các bạn học sinh lớn tuổi hơn lại có thể mất kiểm soát đến như vậy.

*

Cha mẹ nào cũng nhìn vào con họ và băn khoăn, với không ít thất vọng, khi nào thì nó có thể ngồi im (trừ khi ngồi trước ti vi). Khi nào thì trẻ có thể kiên trì với một hoạt động trong nửa giờ đồng hồ? Khi nào thì trẻ có thể lưu tâm vào công việc của mình, thay vì bị xao lãng bởi các bạn khác? Khi nào thì trẻ tự giác với bản thân mình? Nhiều lúc, dường như khả năng nhận thức của trẻ, có thể mức rất cao, đang đấu tranh với sự lơ đãng của nó.

Thông thường chúng ta chỉ bận tâm đến phần tiêu cực của bức tranh – cụ thể ở đây là trẻ không thể học vì quá dễ dàng bị xao lãng. Điều thường bị ta bỏ qua là phần có lợi trong toàn cục – cụ thể trường hợp này là khả năng tập trung của trẻ – đó là một kỹ năng cũng quan trọng như khả năng làm toán hay khả năng đọc, hoặc thậm chí là trí thông minh thiên bẩm.

Vậy tại sao một số trẻ lại có khả năng điều chỉnh sự chú ý của mình? Hệ thống thần kinh nào quản lý khả năng tập trung – và có phải vì vậy mà chương trình Công cụ có tác động tốt đến thế hay không?

Tiến sĩ Silvia Bunge là một nhà nghiên cứu thần kinh ở Đại học Tổng hợp California, Berkeley. Công trình nghiên cứu mới nhất của bà viết về một vùng não chịu trách nhiệm duy trì sự tập trung và đặt ra các mục tiêu. "Chỉ là phỏng đoán, nhưng việc trẻ tổ chức thời gian và mục tiêu hàng tuần, như trong chương trình Công cụ," Bunge nói với tôi: "có tác dụng thức tỉnh vùng não này, xây dựng và củng cố nó."

Thuật ngữ rộng mà Bunge dùng để gọi nguyên tắc tập trung ở trẻ em, gọi là "kiểm soát nhận thức". Kiểm soát nhận thức rất cần thiết trong nhiều hoàn cảnh. Đơn giản nhất là, trẻ đang cố gắng tránh các tác nhân gây xao lãng – không chỉ từ bên ngoài, như có bạn đang làm mặt hề trong lớp, mà kể cả các tác nhân bên trong đứa trẻ – "Như suy nghĩ của bản thân trẻ - 'Mình không làm nổi điều này đâu,'" Bunge giải thích.

Kiểm soát nhận thức được viện tới khi não cần xử lý thông tin trong tâm trí; có thể là ghi nhớ một số điện thoại đủ lâu để bấm số gọi, tính trước các nước cờ, hay cân nhắc hơn thiệt khi phải lựa chọn giữa hai khả năng. Nhưng đó không chỉ là điều khiển thông tin: điều này còn là một phần của quá trình vượt qua sự buồn phiền hay tức giận và giúp trẻ loại bỏ những phản ứng không phù hợp hoặc bốc đồng.

Một câu trả lời bốc đồng *ngoài đời* sẽ khiến các bạn cười giễu, nhưng các câu trả lời bốc đồng cũng tồn tại cả *trong việc học*. Khi làm bài kiểm tra với các câu hỏi có nhiều sự lựa chọn hoặc bài kiểm tra trí thông minh, luôn có một "câu trả lời làm nhiễu" có vẻ gần như đúng trong số các đáp án. Trẻ nào có khả năng kiểm soát nhận thức hạn chế thường bị lừa chọn câu trả lời này. Điểm số trí thông minh và khả năng đọc hiểu bị trừ, nhưng các em vẫn là những trẻ cực kỳ thông minh và đọc tốt – các em chỉ không thể kiểm soát được sự bốc đồng của mình mà thôi.

Theo Bunge, kiểm soát nhận thức không phải lúc nào cũng trong trạng thái "bật". Thay vào đó, não có thể vận dụng nhiều hay ít khả năng kiểm soát nhận thức sao cho phù hợp. Hệ thống này hoạt động như một cơ chế tuần hoàn hồi đáp, giữa hai vùng phụ trên não bộ. Một trong hai vùng đo xem bạn đang thực hiện việc bạn phải làm tốt đến đâu. Nếu cảm thấy bạn làm chưa đủ tốt, nó sẽ báo hiệu cho một hệ thống phụ khác tăng cường khả năng kiểm soát nhận thức: việc này giúp cải thiện sự tập trung của bạn. Khi một trẻ có vẻ đang thiếu tập trung, không chỉ là não trẻ *không thể* tập trung – chính trẻ không nhận thức được mình *cần* tập trung. Phần đầu của cơ chế tuần hoàn hồi đáp đã không làm tốt công việc của nó. Trẻ thực sự không để ý tới việc mình làm tốt đến đâu.

*

Chương này của cuốn sách bắt đầu bằng nghiên cứu khoa học thống kê về chương trình Dạy Lái xe và kết thúc với khoa học thần kinh nghiên cứu về trẻ mầm non. Hai nghiên cứu thực ra kết nối với nhau, bằng các hệ thống nơ-ron điều khiển sự chú ý và kiểm soát nhận thức. Thanh thiếu niên lái xe có thể trả lời đúng 100% bài kiểm tra quy tắc trên giấy, nhưng khi lái thực, thời gian phản ứng bị đình lại vì các em vẫn chưa nhập tâm *phần ngữ pháp* của việc lái xe – các em tư duy lại việc đó. Điều này làm tăng quá trình tải xuống các nhận thức và khả năng duy trì sự tập trung phải chịu áp lực. Các em có nguy cơ đưa ra các quyết định kém sáng suốt.

Để bạn ngồi trong xe và các hệ thống tập trung của não rất dễ bị quá tải – não người lái xe không thể chủ động tiên liệu được những điều có khả năng xảy ra, cũng như dự đoán trước dù chỉ vài giây và tải trước các nguyên tắc giải quyết. Thay vào đó, người lái phải chống đỡ và không thể phản ứng chính xác trong mọi tình huống dù các quá trình phản xạ có nhanh tới mức nào chăng nữa.

Làm việc trong môi trường nhiều yếu tố gây xao lãng là một thách thức hàng ngày với bất cứ sinh viên nào. Trong chương trước, chúng tôi đã đề cập tới khả năng tiên liệu của các bài kiểm tra trí thông minh. Bài kiểm tra trí tuệ không thể dự đoán chính xác hơn một phần là do trong quá trình trẻ đi học, việc học hành không diễn ra trong một phòng kiểm tra yên tĩnh, nề nếp, một thầy một trò như cách các bài kiểm tra trí thông minh diễn ra. Việc học tập diễn ra giữa những guồng xoáy của các yếu tố gây xao lãng và áp lực. Các nhà tâm lý học gọi điều này là sự khác biệt giữa nhận thức nóng và lạnh. Nhiều người thể hiện kém hơn hẳn khi phải chịu áp lực, nhưng vài người lại làm việc tốt hơn nhiều.

Khái niệm này được gọi bằng rất nhiều tên trong nghiên cứu: nỗ lực kiểm soát, sự bột phát, tính tự giác. Tùy vào cách đo đếm, độ tương thích trong nhiều trường hợp tốt hơn so với các bài kiểm tra trí thông minh. Nói một cách đơn giản hơn, có kỷ luật quan trọng hơn có trí thông minh. Có cả hai phẩm chất này không chỉ là tốt hơn chút xíu mà là cả một trời khác biệt. Trong một công trình nghiên cứu của mình, Tiến sĩ Clancy Blair, thuộc Đại học Bang Pennsylvania, phát hiện ra trẻ em có chỉ số thông minh và chức năng hành động của não cao hơn mức trung bình có khả năng học giỏi toán cao hơn 300% so với những trẻ chỉ có chỉ số IQ cao mà thôi.

Giống với khoa học về trí thông minh, khoa học nghiên cứu khả năng tự kiểm soát đã có bước tiến trong thập kỉ gần đây, từ giả thiết đó là đặc điểm thiên bẩm – một vài người có, những người khác thì không – tới nhận định rằng đây là khả năng thay đổi được. Nó bị ảnh hưởng bởi mọi thứ, từ cách cha mẹ dạy dỗ cho tới thời điểm gần đây nhất bạn dùng bữa (não tiêu tốn rất nhiều glucose[2] khi vận hành khả năng tự kiểm soát). Các hệ thống nơ-ron điều khiển sự tập trung có thể thấy mệt mỏi và – theo một công trình nghiên cứu – những người có chỉ số thông minh càng cao sẽ phải chịu đựng kiểu mệt mỏi này càng nhiều.

Cả Ashley và tôi đều áp dụng vài chiến lược của chương trình Công cụ Tư duy. Bọn trẻ ở mọi cấp lớp tới dự lớp học buổi tối tại trung tâm gia sư của Ashley; cô ấy giờ cũng yêu cầu các em viết ra bản kế hoạch của mình về việc sẽ sử dụng khoảng thời gian hai tiếng đồng hồ của mình như thế nào, để dạy các em chủ động tư duy. Khi các em xao lãng, cô ấy gợi các em nhớ lại bản kế hoạch của mình. Ashley không còn sửa lỗi ngữ pháp trong bài tập về nhà của các em; thay vào đó, cô chỉ đánh dấu dòng trẻ viết sai và yêu cầu các em tự tìm ra lỗi của mình. Điều này giúp trẻ thực sự nghĩ về bài tập mà các em làm, thay vì máy móc hoàn thiện bài tập được giao. Với các bé ở nhà trẻ, chỉ mới đang tập viết, Ashley dành riêng cho mỗi em một đoạn tập đọc và đọc to: "Bắt đầu từ trên và đi vòng quanh..."

Tôi dùng các phương pháp tương tự khi dạy con gái nhỏ của mình. Mỗi tối, cô bé trở về nhà từ trường mẫu giáo, mang theo một bài tập viết, đã kín những chữ được học trong ngày. Tôi bảo cháu khoanh mỗi dòng một chữ đẹp nhất – nhờ vậy, nó có thể nhận ra sự khác biệt giữa chữ đẹp và chữ đẹp hơn. Trước khi đi ngủ, tôi cùng con gái chơi trò hiểu bạn thân: sau khi đọc cho cháu nghe xong cuốn sách, tôi đưa cuốn sách cho nó. Sau đó cháu kể lại câu chuyện cho tôi, tưởng tượng sáng tạo theo những hình minh họa và bất cứ dòng nào mà cháu nhớ được. Thi thoảng, khi có cả ngày chơi với con, tôi và cháu cùng xây dựng một kế hoạch chơi trong ngày (tôi ước gì mình giúp con lập nhiều kế hoạch hơn, vì con bé có vẻ thực sự thích việc này). Tôi cũng cho con vài gợi ý để cháu mở rộng kịch bản. Ví dụ, cháu thích búp bê em bé; cháu gom cả lại, cho chúng đi ngủ – có thể mất năm đến 10 phút. Đến

đấy cháu không biết làm gì tiếp nữa. Tôi khuyến khích cháu đánh thức búp bê dậy, đưa búp bê đến trường và sau đó đi dã ngoại. Những chi tiết này giúp trí tưởng tượng của cháu bay bổng suốt cả giờ sau đó.

Ở Neptune, New Jersey, một trong các em bé tham gia lớp Công cụ mầm non đầu tiên chính là con trai ba tuổi của Sally Millaway, cháu tên George. “Thằng bé có những nhu cầu đặc biệt,” Millaway nói. Cô ấy tin rằng chương trình Công cụ tốt cho trẻ em nói chung, nhưng với George thì sao? “Con trai tôi phát triển chậm về khả năng nói và ngôn ngữ, thật sốt ruột – nó không nói một lời nào hết. Cháu chưa bị chẩn đoán là tự kỷ, nhưng cháu có mọi dấu hiệu báo động của bệnh này.” Cuối thu năm đó, George được phát hiện có vấn đề về nghe – cháu nghe được các âm thanh, nhưng như thể nghe dưới nước, âm thanh không rõ ràng. “Tháng 11, chúng tôi phẫu thuật bỏ hạch vòm họng cho cháu. Cháu bắt đầu nói ba ngày sau khi phẫu thuật.”

“Và tôi, từ chỗ nghĩ rằng con mình cả đời này tàn tật, bỗng nhiên nhận ra rằng cháu có đủ thời gian để bù đắp lại tất cả,” Millaway nói. “Liệu có bao giờ cháu bắt kịp các bạn không?”

Lo ngại của Millaway không tồn tại lâu. Cô ấy không thể tin được con trai mình tiến bộ nhanh đến thế và nghĩ tất cả là nhờ chương trình Công cụ. Sau ba năm theo học chương trình – hai năm nhà trẻ và một năm mẫu giáo – cậu bé đã hoàn toàn vượt qua những khiếm khuyết bẩm sinh của mình. George hiện đang học lớp Hai thuộc chương trình năng khiếu, còn chương trình Công cụ đang được áp dụng tại tất cả các lớp mẫu giáo ở Neptune.

Chơi đẹp với bạn bè

Vì sao các bậc cha mẹ thời nay lại thất bại trong việc tạo ra một thế hệ thiên thần?

*

Vài năm trước, Tiến sĩ Jamie Ostrov, cùng Tiến sĩ Douglas Gentile -chuyên gia hàng đầu về tác động của các hình thức truyền thông đã dành nhiều năm theo dõi trẻ em ở hai nhà trẻ tại Minnesota, tham chiếu chéo hành vi của trẻ với thông báo của cha mẹ về chương trình ti vi mà các em xem. Đối tượng hướng tới là các bé từ hai tuổi rưỡi đến năm tuổi, là các bé may mắn sinh ra trong gia đình khá giả.

Ostrov và Gentile hoàn toàn tin rằng các bé xem những chương trình hơi hướng bạo lực như *Năm anh em Siêu nhân (Power Rangers)* và *Chiến tranh giữa các vì sao (Star Wars),* về mặt thể chất sẽ hiếu chiến hơn trong giờ chơi ở trường. Họ cũng cho rằng các em nào xem những chương trình mang tính giáo dục, như Arthur và *Clifford - Chú chó bự con màu đỏ (Clifford the Big Red Dog)* sẽ không chỉ bớt hiếu chiến, mà còn *nhân văn* hơn – biết chia sẻ, biết giúp đỡ và các phẩm chất khác nữa v.v... Đây không phải các giả thuyết nền tảng, nhưng tầm quan trọng của công trình nghiên cứu nằm ở mục tiêu lâu dài của nó: Ostrov và Gentile sẽ có thể xác định được mức tăng cụ thể về tính hiếu chiến của trẻ trong suốt những năm học mẫu giáo.

Ostrov đã thấy trước rằng sử dụng máy quay phim là quá thô lỗ và không thể ghi được các âm thanh từ khoảng cách xa, vậy nên các nghiên cứu viên của ông chọn giải pháp lảng vảng gần bọn trẻ cùng với bảng ghi chép trên tay. Bọn trẻ nhanh chóng chán ngán việc ghi chép và bỏ mặc các nghiên cứu viên.

Các quan sát viên đã được huấn luyện để phân biệt giữa hiếu chiến về thể chất, hiếu chiến trong quan hệ và hiếu chiến trong lời nói. Hiếu chiến về thể chất gồm cướp đồ chơi trên tay bạn khác, xô đẩy, lôi kéo và đánh bạn dưới bất cứ hình thức nào. Hiếu chiến trong quan hệ, ở lứa tuổi đi nhà trẻ, gồm những lời nói như: “Mày không được chơi với bọn tao,” hoặc chỉ đơn giản là lờ đi một bạn muốn chơi cùng, hoặc không chơi nữa hay bịa chuyện về một bạn khác – tất cả những hành động hủy hoại sâu sắc mối quan hệ. Hiếu chiến trong lời nói gồm gọi một bạn nào đó với cái tên ác ý, hay nói những câu như “Câm mồm!” hay “Mày ngu lắm” – thường đi kèm với hiếu chiến về thể chất.

Ostrov cũng tham chiếu chéo những gì quan sát viên ghi lại với phần đánh giá của giáo viên về thái độ hành vi của trẻ, đánh giá riêng của phụ huynh và theo dõi của họ về mức độ trẻ xem ti vi mỗi ngày. Suốt quá trình nghiên cứu, trẻ xem ti vi trung bình 11 giờ mỗi tuần, theo phụ huynh – thường bao gồm cả các chương trình được phát sóng và DVD.

Thoạt tiên, giả thiết của các nhà nghiên cứu có vẻ đúng – nhưng dữ liệu cũng cho thấy vài điểm bất thường. *Càng xem nhiều chương trình mang tính giáo dục, trẻ càng hiếu chiến trong quan hệ với bạn bè*. Các em trở nên trịch thượng hơn, thích kiểm soát hơn và nhiều mánh khóe. Tác động không hề nhỏ. Thậm chí mạnh hơn cả mối liên hệ giữa các chương trình bạo lực và hiếu chiến về thể chất.

Tò mò về nguyên nhân, nhóm nghiên cứu của Ostrov ngồi lại và theo dõi vài chương trình PBS, Nickelodeon và kênh Disney[1]. Ostrov thấy trong vài chương trình, những tình huống hiếu chiến trong quan hệ với tỷ lệ khá cao. Ostrov rút ra rằng nhiều chương trình ti vi mang tính giáo dục đã dành thời lượng đến 30 phút phát sóng để xây dựng xung đột giữa các nhân vật với nhau và chỉ dành vài phút để giải quyết xung đột đó.

"Trẻ mẫu giáo khó có khả năng liên tưởng các thông tin ở cuối chương trình với những nội dung xảy ra trước đó," Ostrov viết trong nghiên cứu của mình. "Trẻ nhỏ không thể hiểu toàn bộ 'bài học' như cách người lớn hay trẻ lớn tuổi hơn cảm nhận, thay vào đó, chúng học tất cả những hành vi thể hiện trên màn hình."

Kết quả này làm mọi thành viên trong nhóm nghiên cứu ngạc nhiên. Ostrov chưa có con, nhưng các đồng nghiệp của ông lập tức thay đổi các chương trình ti vi cho con trẻ trong nhà.

Dữ liệu từ một nhóm nghiên cứu tại Cao đẳng Ithaca cũng xác nhận đánh giá của Ostrov: trong các chương trình ti vi cho trẻ em có nhiều nội dung hiếu chiến về quan hệ hoặc lời nói.

*

Công trình của Ostrov và Schiebe chỉ là hai trong vô số các nghiên cứu gần đây nghi ngờ những thừa nhận cổ lỗ về nguyên nhân và bản chất của sự hiếu chiến ở trẻ.

Vương quốc nguyên sơ của tuổi thơ đôi lúc có thể rất huyền bí. Sự can thiệp mang hơi hướng hiện đại của các phụ huynh tưởng như có thể đưa đến cả thế hệ những trẻ nhân cách tốt và không hiếu chiến. Ngay khi trẻ có chút dấu hiệu hiểu biết về mặt nhận thức, cha mẹ sẽ dạy nó về sự chia sẻ, lòng nhân ái và trắc ẩn. Trên lý thuyết, đánh nhau và trêu chọc cũng như độc ác với người khác không được phép xuất hiện trong cuộc sống của những trẻ nhỏ. Thế nhưng chúng ta vẫn biết việc bắt nạt nhau ở trường đang lan tràn và mọi phụ huynh đều đã từng nghe những chuyện khốn khổ của trẻ trên sân trường.

Vậy vì đâu mà các bậc phụ huynh lại thất bại trong sứ mệnh tạo ra những hậu duệ văn minh hơn? Trong phần trước của cuốn sách này, chúng tôi đã phân tích vì sao những trẻ hay được ngợi khen lại sẵn sàng lừa gạt và vì sao việc trẻ nói dối lại không thể kiểm tra được. Giờ chúng ta hãy cùng hướng tâm điểm tới tính hiếu chiến của trẻ em hiện nay – một thuật ngữ chung được dùng bởi các nhà khoa học xã hội bao gồm mọi hành vi, từ đẩy bạn vào thùng cát tới những đe dọa về mặt thể chất với học sinh trung học cơ sở và tẩy chay khỏi cộng đồng ở học sinh trung học phổ thông.

Lời giải thích dễ dàng nhất luôn là đổ lỗi cho môi trường gia đình không tốt đã tạo nên

sự hiếu chiến. Có một sự an tâm kỳ quặc trong lối suy nghĩ này – chỉ cần gia đình bạn là một gia đình "tốt", sự hiếu chiến không còn là vấn đề nữa. Nhưng tính hiếu chiến quá phổ biến để có thể được giải thích đầy đủ chỉ bằng luận điểm này. Điều này sẽ đưa tới một mâu thuẫn có một không hai với Hiệu ứng Lake Wobegon[2] – rằng hầu như mọi phụ huynh đều *dưới* mức trung bình.

Hành vi hiếu chiến vẫn được xem là một biểu hiện của sự kém thích nghi về mặt tâm lý. Nó được xem là bất thường, lệch lạc và (ở trẻ em) đó chính là dấu hiệu báo trước các vấn đề trong tương lai. Những nguyên nhân thường gặp của sự hiếu chiến có thể là xung đột trong gia đình, trừng phạt về mặt thể xác, các chương trình truyền hình bạo lực và bị bạn bè ở trường tẩy chay. Trong khi không nhà nghiên cứu nào định rút lại những nhận định này, quan điểm chủ đạo của nghiên cứu cho rằng điều đó không đơn giản như chúng ta vẫn nghĩ và rất nhiều trong số các "giải pháp" của chúng ta thực ra phản tác dụng.

*

Ai cũng từng nghe rằng trẻ sẽ bị tổn thương khi chứng kiến cha mẹ đánh cãi nhau, nhất là kiểu gào thét cay độc khiến các cuộc chiến ngày nay càng phổ biến. Nhưng còn những xung đột cũ rích ngày này qua tháng khác thì sao? Suốt thập kỷ qua, câu hỏi này luôn được quan tâm đặc biệt bởi Tiến sĩ E. Mark Cummings tại Đại học Notre Dame.

Cummings nhận ra *mọi* trẻ đều chứng kiến cha mẹ hay những người mà chúng quan tâm mạt sát nhau về những vấn đề hết sức vặt vãnh như quên lấy đồ giặt khô, trả hóa đơn, hay tới lượt ai lái xe khi đi chung. Trong các nghiên cứu mà Cummings yêu cầu phụ huynh ghi lại mỗi khi cãi cọ, bất kể lớn hay nhỏ, mỗi cặp vợ chồng điển hình cãi nhau khoảng tám lần mỗi ngày, theo các bà mẹ. (Với các ông bố, con số này ít hơn một chút.) Các cặp vợ chồng nổi giận với nhau nhiều gấp hai đến ba lần những khoảnh khắc họ thể hiện sự yêu thương. Và trong khi các ông bố bà mẹ cố gắng để con cái không phải chứng kiến những cuộc cãi cọ, sự thật là trẻ con vẫn chứng kiến 45% số xung đột đó.

Trẻ em rất nhạy cảm với chất lượng của mối quan hệ giữa cha và mẹ – Cummings đã mô tả trẻ em là "những máy đếm Gai-ghe[3] cảm xúc." Trong một nghiên cứu, Cummings thấy rằng cảm giác an toàn và trạng thái cảm xúc ở trẻ em chịu ảnh hưởng từ mối quan hệ giữa cha và mẹ nhiều hơn là từ mối quan hệ trực tiếp giữa cha mẹ và con cái.

Vậy thì, có phải phụ huynh đang làm trẻ khốn khổ với mỗi vụ cãi nhau vặt đó? Cũng không hẳn như vậy.

Theo các thí nghiệm của Cummings, ông dàn dựng những cuộc tranh cãi cho trẻ chứng kiến và đo lại các phản ứng của trẻ, đôi khi lấy cả mẫu nước bọt để đo hoóc-môn căng thẳng, cortisol. Trong một số trường hợp, ông có hai diễn viên thực hiện tình huống. Những tình huống khác, người mẹ cũng tham gia. Khi cùng chờ với trẻ, người mẹ nhận cuộc gọi từ "người cha," và bà bắt đầu tranh cãi với chồng qua điện thoại. (Những gì bà nói hầu như đều theo kịch bản có sẵn.) Trong các phiên bản khác của thí nghiệm này, trẻ chỉ xem một băng video hai người lớn cãi nhau và trẻ được đề nghị tưởng tượng hai người đó là cha mẹ mình.

Trong một nghiên cứu, 1/3 số trẻ em có phản ứng rất hiếu chiến sau khi chứng kiến một xung đột được dàn cảnh – các em la ó, tỏ ra giận dữ, hoặc đấm vào gối. Nhưng cũng trong nghiên cứu này, điều gì đó đã xảy ra giúp hạn chế số phản ứng hiếu chiến xuống chỉ còn 4% trẻ tham gia. Điều kỳ diệu đó là gì vậy? Để trẻ chứng kiến không chỉ cuộc tranh cãi, mà cả cách giải quyết cuộc tranh cãi đó. Băng video dừng giữa chừng có một tác động cực kỳ xấu. Nhưng nếu trẻ được xem tới khi bất đồng được giải quyết, em sẽ bình tĩnh lại. “Chúng tôi thay đổi mức độ căng thẳng của cuộc tranh luận, nhưng điều này không ảnh hưởng gì,” Cummings nhớ lại. “Tranh luận có thể trở nên khá căng thẳng , nhưng miễn là nó được giải quyết, bọn trẻ sẽ thấy ổn.” Ở phần kết của tình huống, hầu hết trẻ em đều cảm thấy hạnh phúc như thể vừa chứng kiến một tương tác hòa thuận giữa cha mẹ.

Điều này có nghĩa là những bậc phụ huynh dừng cuộc tranh cãi giữa chừng, đi lên tiếp tục cãi vã trên tầng – để tránh con trẻ phải chứng kiến – có thể khiến tình hình tồi tệ hơn nhiều, nhất là nếu họ quên không nói với bọn trẻ: “Này, bố mẹ đã làm hòa rồi.” Cummings cũng đã tìm ra khi các cặp cha mẹ tranh cãi hoàn toàn ở xa bọn trẻ, chúng có thể không trông thấy tẹo nào nhưng vẫn cảm nhận rõ điều đó, dù không biết gì cụ thể hơn.

Gần đây Cummings chỉ ra rằng chứng kiến các cuộc tranh luận trong hôn nhân mang tính xây dựng thật ra là điều tốt cho con trẻ – nếu xung đột này không leo thang, hai bên không thóa mạ nhau và được hòa giải trong tình yêu thương. Điều này giúp trẻ củng cố cảm giác an toàn, theo thời gian và tăng cường thái độ hòa nhập, theo đánh giá của giáo viên. Cummings lưu ý: “Hai bên phải chân thành giải quyết vấn đề, không chỉ dàn dựng vì lợi ích của bọn trẻ – nếu không chúng sẽ nhận ra ngay.” Trẻ em học được một bài học từ việc giải quyết xung đột: tranh cãi cho các em một ví dụ điển hình về hòa giải và dàn xếp – bài học này mất đi nếu như các em không phải chứng kiến những cãi cọ.

Cummings đã rút ra kết luận: việc đơn giản hóa quá mức cái nhìn về tính hiếu chiến khiến các bậc phụ huynh đôi khi làm mọi việc trở nên tồi tệ hơn cho bọn trẻ mặc dù họ chỉ đang cố làm những điều đúng đắn. Trẻ em phản ứng với cách cư xử của cha mẹ mạnh mẽ hơn bản thân cuộc cãi vã hay hình phạt thể xác.

*

Nếu chúng ta có thể chấp nhận rằng đôi khi trẻ con cũng phải đối mặt với một vài xung đột – và điều đó thậm chí có thể có lợi – liệu chúng ta có thể khẳng định điều tương tự trong những tương tác của trẻ với bạn đồng lứa? Có chăng tồn tại một mức xung đột nào đó với bạn đồng lứa mà trẻ có thể học cách tự giải quyết, không nhờ sự giúp đỡ của cha mẹ?

Tiến sĩ Joseph Allen, một giáo sư và nhà thực hành lâm sàng tại Đại học Virginia, nói rằng rất nhiều cha mẹ ngày nay bị kẹt trong cái mà chúng ta vẫn gọi là “Nghịch lý Dưỡng dục”.

“Bảo vệ con cái là một bản năng của cha mẹ,” Allen giải thích. “Nhưng chúng ta đã thôi không còn dạy dỗ con cái đối mặt với các vấn đề thăng trầm trong cuộc sống. Đó là một bản năng tốt và 50 năm trước cha mẹ chúng ta cũng có chính bản năng đó, chỉ vì họ không có thời gian và sức lực mà can thiệp vào thôi. Ngày nay, vì rất nhiều lý do khác nhau, ta không bị trói buộc nữa và chúng ta đều phát cuồng lên.”

Tại Mạng Kết nối Phụ huynh Berkeley, một cộng đồng trực tuyến, cuộc tranh cãi xung quanh vấn đề này diễn ra mạnh mẽ. Nhiều cha mẹ khổ sở nghĩ liệu nhảy vào thùng cát để bảo vệ con mình khỏi bị đứa trẻ khác cướp đồ chơi có là giải pháp phù hợp hay không. Những bậc cha mẹ khác lại thú thực rằng đứa con nhỏ dễ thương của họ giờ đã trở nên hung hăng với mọi người, điều mà họ cảm thấy thật đáng ghét và hoàn toàn bất lực trong việc ngăn chặn. Bảng tin đầy những câu chuyện trẻ bị bạn bè trêu chọc hoặc tẩy chay; đối sách có thể ở nhiều mức độ khác nhau, từ dạy trẻ bớt coi mình là trung tâm cho tới ủng hộ những khóa học võ, hay răn đe bọn trẻ rằng chúng sẽ không được mời đến một bữa tiệc sinh nhật nào nữa trong đời. Không ai có câu trả lời hoàn hảo và chúng ta thấy rõ các bậc cha mẹ đau xót tới mức nào.

Như Tiến sĩ Antonius Cillesen từ Đại học Connecticut đã giải thích, hầu hết các biểu hiện hiếu chiến được ghi nhận là phương tiện áp đặt sự thống trị nhằm giành quyền kiểm soát hay bảo vệ vị thế. Hiếu chiến không đơn giản là giảm sút hay sai sót về kỹ năng xã hội. Ngược lại, rất nhiều hành vi hiếu chiến lại đòi hỏi sự phối hợp hài hòa các kỹ năng xã hội mới vận dụng được và thậm chí hiếu chiến về mặt thể chất thường là dấu hiệu của một trẻ rất "rành đời" chứ không phải là lệch lạc về mặt xã hội. Trẻ hung hăng không phải những trẻ thiếu nhạy cảm. Ngược lại, theo Cillesen, những trẻ hay gây khó dễ cho bạn về mặt quan hệ là trẻ nhạy cảm một cách đặc biệt. Em tấn công một cách tinh ranh và giàu chiến thuật. Về mặt xã hội, em phải rất thông minh, làm chủ được mạng lưới quan hệ của mình, nhờ vậy em mới biết đâu là những nút chính xác để nhấn khiến cho đối thủ của mình tức phát điên. Sự hiếu chiến xuất hiện khi "trẻ vị thành niên đang khám phá chính mình. Chúng học về sự sành điệu – làm sao để trở nên hấp dẫn trong mắt người khác."

Điều này thay đổi hoàn toàn trò chơi với các bậc cha mẹ. Khi phụ huynh cố gắng dạy đứa con gái bảy tuổi của mình rằng rất sai khi tẩy chay, tung tin đồn, hay đánh bạn, họ thực ra đang cố gắng lấy đi nhiều công cụ hữu hiệu để củng cố sự thống trị về mặt xã hội của bọn trẻ. "Thái độ này được tán thưởng nếu là trong nhóm bạn," Cillesen quan sát thấy: "và bạn có thể nói với tư cách cha hoặc mẹ, 'Không được làm vậy,' nhưng những hiệu quả tức thì rất có uy lực với trẻ." Chừng nào đứa trẻ còn bị buộc phải có vị trí trong lớp học, sức hút của những công cụ đó sẽ làm lung lay thông điệp của phụ huynh. Trẻ biết cha mẹ thấy những hành vi này là sai – trẻ đã nghe nhiều từ khi còn bé xíu. Nhưng trẻ vẫn làm thế vì cách bạn bè xung quanh phản ứng lại – tán thưởng kẻ cầm đầu bằng sự sợ hãi, nể phục và tầm ảnh hưởng.

Mọi người đều không hiểu tại sao. Tại sao trẻ không tránh xa các bạn hung hăng đó? Tại sao rất nhiều trẻ hiếu chiến lại trở thành trung tâm của tập thể và vẫn được tôn trọng, nể phục?

Có hai lý do. Thứ nhất, thái độ hiếu chiến, như những hành động phá luật khác, thể hiện thái độ thách thức với người lớn, giúp các trẻ này trở nên độc lập và già dặn hơn – những tính cách mà trẻ nào cũng thèm muốn. Đứa trẻ nào luôn làm vừa lòng người lớn và theo đúng nguyên tắc của người lớn có nguy cơ bị nhìn nhận là nhát gan và tẻ ngắt.

Lý do thứ hai giúp những trẻ hung hăng giữ được sức mạnh xã hội của mình là – vì trẻ không hung hăng cũng chẳng phải những đứa bé thiên thần – những trẻ hung hăng cũng không phải là quỷ sứ.

“Phần lớn các nhà khoa học nghiên cứu thái độ hành vi cho rằng hòa đồng và thiếu hòa đồng là hai cực đối lập của cùng một trục thẳng,” Giáo sư Patricia Hawley từ Đại học Kansas giải thích. “Với tôi, điều này đơn giản hóa quá mức sự phức tạp trong hành vi ứng xử của con người.”

Theo nguyên tắc chung về sự phát triển của trẻ em, một trẻ thực sự có năng lực về mặt xã hội thì không hiếu chiến là một sự thật không còn gì phải nghi ngờ. Hawley nghi ngờ định hướng đó.

Hawley nghiên cứu nhiều trẻ từ mẫu giáo cho tới trung học. Bà đặc biệt quan tâm tới cách một trẻ sai khiến bạn khác làm việc gì đó cho mình – dù bằng những hành động tử tế, thân thiện, hay những hành động thiếu hòa nhã – đe dọa, dùng bạo lực, chòng ghẹo. Ngược với những người có quan điểm rằng trẻ có thái độ hòa nhập sẽ hiếm có những hành vi thiếu hòa nhập và ngược lại, bà tìm ra rằng cùng một trẻ có thể hành động theo cả hai cách – tốt và xấu. Đơn giản là các em đang giải quyết dở dang mọi việc, hay theo cách nói của một nhà nghiên cứu khác: “Các em chỉ đang quá bận rộn về mặt xã hội mà thôi.”

Hawley gọi những em thành công với việc sử dụng cả hai chiến thuật hòa nhã và không hòa nhã để đạt mục tiêu là *những kẻ kiểm soát bằng hai chiến thuật*. Những trẻ này nhận thấy, khi được dùng đúng cách, sự tử tế và độc ác là những công cụ sức mạnh ngang nhau: vấn đề là làm sao đạt được cân bằng, tại đúng thời điểm. Em nào có khả năng kết hợp cả hai chiến lược này trở nên rất thu hút với bạn bè, chứ không hề bị xa lánh, vì các em thực sự làm sống lên những bữa tiệc. Không chỉ nổi tiếng, chúng được bọn trẻ đồng lứa yêu quý và ngay cả các thầy cô cũng vậy (chính các thầy là những người đánh giá các em dễ mến và có thái độ tốt).

Dữ liệu của Hawley gợi ra rằng, cứ 10 trẻ thì có ít nhất một em đạt tiêu chuẩn biết phối hợp cả hai chiến thuật. Nhưng khi được khích lệ bởi kết quả bà tìm ra, một vài nhà nghiên cứu khác cũng tiến hành những phân tích tương tự. Những phát hiện tiếp theo của họ chỉ ra tỷ lệ thậm chí còn cao hơn – khoảng 1/6.

Jamie Ostrov cũng tìm kiếm những đứa trẻ có tính cách kết hợp giữa các hành vi hòa đồng và hiếu chiến như trong công trình của ông đối với cấp mẫu giáo. Trong nghiên cứu của ông về việc xem ti vi, những trẻ xem nhiều chương trình có tính giáo dục thường rất hung hăng với bạn về mặt quan hệ, nhưng đồng thời cũng hòa đồng hơn nhiều với các bạn cùng lớp.

“Bài học rút ra từ những trẻ này là chỉ nghiên cứu sự hiếu chiến của các em có thể không có ý nghĩa gì,” Hawley nhận định. “Những em sử dụng cả hai chiến thuật có thể tạo nên nhiều cấp độ hiếu chiến một cách linh hoạt mà không phải gánh những hậu quả như các em chỉ dùng sự hiếu chiến.” Đó là biểu hiện của những tham vọng mới nhú.

Về phía mình, vấn đề duy nhất của Hawley là những trẻ sử dụng song song hai chiến thuật quá thành công, ở trường học cũng như trong đời thực, tới mức bà vẫn không thể xin được khoản tài trợ nghiên cứu nào cho một nghiên cứu dài hạn.

*

Chúng tôi bắt đầu chương này bằng câu hỏi vì sao các bậc phụ huynh hiện đại thất bại trong việc tạo ra một thế hệ tử tế, hòa nhã hơn. Hóa ra, rất nhiều trong số các tiến bộ quan trọng của chúng ta lại dẫn tới những hậu quả không ngờ.

Khi chuyển kênh từ các chương trình bạo lực tới hệ kênh nhẹ nhàng hơn, bọn trẻ cuối cùng lại học các kỹ năng cao cấp trong việc lập các nhóm chơi riêng, tẩy chay bạn bè và nghệ thuật hạ nhục người khác.

Trong khi bố mẹ cố gắng giấu những cuộc tranh cãi để các con không biết, chúng ta vô tình tước đi của bọn trẻ cơ hội chứng kiến hai người quan tâm tới nhau dung hòa sự khác biệt của họ một cách bình tĩnh và hợp lý như thế nào.

Chúng ta đã nghĩ sự hiếu chiến là phản ứng của trẻ khi bị bạn bè tẩy chay, vậy nên chúng ta thận trọng loại trừ việc bị tẩy chay ra khỏi tuổi thơ của trẻ. Thay vào đó là những tương tác bị can thiệp quá nhiều giữa bạn bè. Chúng ta đã tạo ra hiện tượng ngày để chơi, trong khi lên lịch kín đặc các hoạt động sau giờ học cho những đứa trẻ lớn hơn. Chúng ta cũng phân loại trẻ theo tuổi – xây dựng các sân chơi riêng biệt cho những trẻ nhỏ nhất và phân thành các lớp, các nhóm. Một cách vô tình, chúng ta đã đặt trẻ vào một căn phòng có tiếng vang. Ngày nay, một học sinh cấp hai bình thường có tới 299 tương tác với bạn mỗi ngày. Trung bình, một thiếu niên dành 60 giờ mỗi tuần tụ tập với nhóm bạn (và chỉ có 16 giờ mỗi tuần cùng tham gia với người lớn). Điều này tạo nên bầu không khí hoàn hảo cho một làn sóng vi-rút hiếu chiến khác lan tràn – không phải do bị bạn bè tẩy chay, mà do nhu cầu khẳng định mình và củng cố vị trí xã hội. Càng bên nhau nhiều, nhu cầu nâng cao vị thế của các em càng cao, dẫn tới thù địch lẫn nhau và cạnh tranh khốc liệt. Tất cả những bài học về sự chia sẻ và lòng trắc ẩn khó mà cạnh tranh được. Chúng ta tự hỏi tại sao cần tới 20 năm để dạy một trẻ làm thế nào thể hiện mình trong một xã hội lịch sự – bỏ qua sự thật là, về cơ bản, chúng ta đã thả cho chúng tự lăn vào xã hội rèn luyện mình.

*

Cần nhắc tới một yếu tố nữa góp phần gây nên sự hiếu chiến ở trẻ nhỏ.

Tiến sĩ Sarah Schoppe-Sullivan đã tiến hành một nghiên cứu về các phong cách làm cha mẹ và sự liên quan với thái độ hung hăng và giả tạo của trẻ ở trường. Các ông bố trong nghiên cứu được chia thành ba nhóm – Người cha Tân tiến, Người cha Truyền thống và Người cha Linh hoạt.

Chúng ta có thể kỳ vọng nhóm Người cha Tân tiến sẽ là ứng cử viên sáng giá cho cuộc chạy đua. Không bị hạn chế về tư tưởng vai trò giới, rất tận tâm nuôi dạy con cái kể từ khi chúng chào đời, Người cha Tân tiến thường được nhìn nhận trong nghiên cứu là một hình mẫu gần như hoàn hảo. Con cái của những ông bố quan tâm tới việc nuôi dạy con này có mối quan hệ với anh chị em ruột tốt hơn, cảm thấy tự tin về bản thân và có kết quả học tập khả quan hơn.

Và đúng là ban đầu, trong nghiên cứu của Schoppe-Sullivan, những Người cha Tân tiến có vai trò nổi bật hơn hẳn hai nhóm còn lại. Trong các thí nghiệm, họ có trách nhiệm cao hơn với cả bạn đời cũng như con cái. Ở nhà, họ chia sẻ trách nhiệm chăm sóc bọn trẻ.

Trong khi Người cha Truyền thống thường can thiệp quá nhiều vào đời sống con cái, theo chỉ đạo của vợ. Người cha Tân tiến, ngược lại, thường lão luyện trong vai trò của chính mình. Những ông bố kiểu này có thể chỉ ra con cái nên mặc gì khi tới trường mỗi sáng cũng như dỗ con đi ngủ mỗi tối. Họ chơi nhiều với con và họ luôn ở bên chúng. Người cha kiểu này cũng có thể ở nhà làm các công việc như một người mẹ khi con bị ốm.

Tuy vậy, Schoppe-Sullivan rất ngạc nhiên khi phát hiện ra rằng Người cha Tân tiến có các phẩm chất hôn nhân kém hơn và đặt vai trò của mình trong gia đình thấp hơn so với những Người cha Truyền thống. Sự can thiệp quá nhiều của họ cũng dẫn tới việc gia tăng xung đột về đề tài nuôi dạy con – điều có tác động không nhỏ tới trẻ.

Đồng thời, những Người cha Tân tiến cũng rất thiếu kiên định với các hình thức kỷ luật mà ông hay dùng tới: không cương quyết khi đưa ra các nguyên tắc với trẻ. Dựa trên nghiên cứu trước đó, cho rằng các ông bố thường nghi ngờ khả năng của mình trong việc đưa ra các hình thức kỷ luật có tác dụng với trẻ, Sullivan giả định rằng có thể những Người cha Tân tiến biết làm sao để *không* phải phạt trẻ (như đánh con, la hét) nhưng lại không biết làm gì thế vào đó. Nói cụ thể, trừng phạt một trẻ mà không làm mất đi hình ảnh người cha ấm áp, tình cảm sẽ đưa Người cha Tiên tiến vào một cái vòng luẩn quẩn. Hơn nữa, phạt con với ông đúng là một sự mất mặt ghê gớm. Vì vậy, hình phạt hôm nay có thể là không có món tráng miệng, hôm sau có thể là sự lạnh lùng xa cách của người cha và hôm thứ ba là nguy cơ không có tiền tiêu vặt nếu tiếp tục hư như thế và ngày thứ tư có thể là một lời chỉ trích về mặt tâm lý với mục đích gây cảm giác tội lỗi – luôn thử nhiều cách mới và khám phá không đúng lúc chút nào.

Sự thiếu kiên định và bi quan này dẫn tới một kết quả đáng ngạc nhiên trong nghiên cứu của Sullivan: con của những Người cha Tân tiến thường ghê gớm hơn và giả tạo hơn ở trường, gần bằng với con của những ông bố xa cách và vô trách nhiệm.

Vì sao bé Hannah nói còn bé Alyssa thì không?

Bất chấp lời khuyên của các nhà khoa học, hàng năm các bậc phụ huynh vẫn chi hàng tỷ đô la cho các bài tập và chương trình video với hy vọng có thể tạo bước nhảy vọt cho kỹ năng ngôn ngữ của con mình. Đâu là hướng đi đúng cho mục tiêu này?

*

Một cơn bão truyền thông đã đổ bộ vào tháng 11 năm 2007.

Tạp chí hàng đầu *Pediatrics (Nhi Khoa)* đăng một báo cáo của Đại học Washington: các bé xem các chương trình gọi là "video cho bé" có số từ vựng ít hơn hẳn so với những em không xem. Với doanh số hàng năm đạt 4,8 tỷ đô la Mỹ, nền công nghiệp sản xuất video cho trẻ sơ sinh đang có nguy cơ báo động.

Robert A. Iger, Giám đốc Điều hành của Disney – công ty sở hữu nhãn hiệu *Em bé Anh-xtanh* – đã đi một bước không theo thông lệ với việc công khai hạ bệ công trình nghiên cứu đó, mô tả những kết quả được phát hiện là "đáng ngờ" và học thuyết được trình bày "hoàn thành quá sơ lược". Ông cũng lên tiếng chỉ trích thông cáo của trường đại học hậu thuẫn cho công trình nghiên cứu này là "bất cẩn" và "hoàn toàn thiếu trách nhiệm."

Rất nhiều phụ huynh, những người đã mua DVD, cũng có ý nghi ngờ như vậy. Một trong những nguyên do lớn nhất cho sự hoài nghi này là công trình nghiên cứu đã đưa ra những kết quả lạ lùng không thể lý giải được. Theo dữ liệu lưu trữ, hầu như tất cả các dạng phim và chương trình truyền hình cho trẻ em đều được mang ra mổ xẻ – từ chương trình *Nàng tiên cá (The Little Mermaid)* của Disney tới *Thần tượng Âm nhạc Mỹ (American Idol)* – đều ổn với trẻ nhỏ. Chính các chương trình DVD cho trẻ sơ sinh – và chỉ những chương trình này mà thôi – mới cần phải xem xét. Iger mô tả kết quả tìm kiếm không gì hơn là "phi lý".

Vì đâu mà những chương trình DVD này – vốn được trẻ em toàn thế giới yêu thích – lại có thể có tác động xấu đến chúng?

Báo cáo này thực ra chỉ là công trình tiếp nối của một nghiên cứu khác được thực hiện nhằm mục đích kiểm tra xem, liệu có đúng phụ huynh đang dùng ti vi như một dạng vú em điện tử hay không. Rất nhiều ý kiến học thuật đã cho rằng đúng – cha mẹ đặt trẻ trước video trong những lúc nói chuyện điện thoại hoặc nấu bữa tối – nhưng chưa có ai cố gắng tìm hiểu lý thuyết này có cơ sở hay không.

Trong nghiên cứu, phụ huynh khẳng định đúng là có khi họ dùng ti vi để trông trẻ thật, nhưng lý do chính mà trẻ được xem ti vi – nhất là những video như *Em bé Anh-xtanh* hay *Em bé Thông minh* đều do cha mẹ tin rằng những chương trình này sẽ mang tới cho các em những lợi thế về phát triển nhận thức.

"Chúng tôi thấy có những phụ huynh để con xem ti vi tới 20 giờ một tuần 'nhằm phát triển não,'" Tiến sĩ Andrew Meltzoff một trong những tác giả của cả hai công trình nghiên cứu kể trên, nhớ lại.

"Phụ huynh nói với chúng tôi rằng vấn đề của họ là có nhiều điều họ không thể mang tới cho con cái, vì vậy họ tiết kiệm tiền, mua băng video, hy vọng bù đắp được những gì còn thiếu. Vậy là họ cần mẫn buộc đứa nhỏ trước màn hình, xem ti vi bốn tới sáu giờ một tuần. Họ nói với tôi, họ nghĩ rằng đây là điều tốt nhất họ có thể làm cho con trẻ."

Cảm động bởi nỗ lực đầy bi kịch của những phụ huynh này những người chỉ muốn khơi dậy sự phát triển trí tuệ của con cái, các nhà nghiên cứu đã thực hiện công trình thứ hai – nhằm đưa ra tác động thực tế của các chương trình ti vi bằng những con số.

Nhóm nghiên cứu đã gọi tới hàng trăm gia đình ở Washington và Minnesota, hỏi phụ huynh số chương trình ti vi mà trẻ xem, thống kê theo loại. Sau đó, họ yêu cầu phụ huynh điền vào một biểu mẫu gọi là Cơ sở dữ liệu Phát triển Giao tiếp MacArthur (MacArthur Communicative Inventory – CDI). Rất đơn giản, CDI là danh sách của 89 từ phổ biến nhất mà trẻ con biết và với trẻ đủ lớn, đó là những từ chúng hay nói nhất. Những từ này đại diện cho một loạt những từ vựng trẻ thích thú, từ "cốc" và "đẩy" tới "nhanh" và "radio". CDI là một phương pháp đo khả năng ngôn từ trẻ em được chấp nhận trên toàn cầu – những phiên bản dịch ra nhiều thứ tiếng đang được sử dụng rộng rãi trên thế giới.

Khi phân tích dữ liệu, các nhà nghiên cứu phát hiện một mối quan hệ tỷ lệ nghịch, trẻ càng xem nhiều thì số từ của chúng biết càng ít. Nếu trẻ chỉ xem chừng một giờ/ngày, chúng biết ít hơn từ sáu tới tám từ trong bộ từ CDI so với trẻ không xem bất cứ chương trình DVD cho trẻ sơ sinh nào. Con số này tưởng như không phải một thiếu hụt lớn, nhưng thật ra không hề như vậy nếu nghĩ tới trường hợp một trẻ 11 tháng tuổi chỉ nhận biết được 16 từ đầu tiên trong bộ CDI. Không nhận thức được sáu từ này, xếp hạng của trẻ từ chỗ cao hơn 50% số trẻ rớt xuống vị trí chỉ còn hơn 35% số trẻ.

*

Băn khoăn đâu là những nhận định mà phụ huynh thấy hợp lý nhất về khả năng tiếp nhận ngôn ngữ, chúng tôi phỏng vấn vài người, hỏi họ tại sao họ cho rằng trẻ này lại có khả năng nói nhanh hơn nhiều so với trẻ khác. Rõ ràng là, chúng tôi đang nói tới hai dạng phát triển phổ biến nhất ở trẻ em và không phải các em khuyết tật nghe hay nói.

Hầu hết cha mẹ thừa nhận họ không biết, nhưng họ có tiếp nhận vài thông tin đây đó đủ để giải thích. Một trong số họ là Anne Frazier - mẹ của bé Jon 10 tháng tuổi và là luật sư tại một văn phòng luật danh tiếng ở Chicago - chị làm việc bán thời gian cho tới khi Jon được một tuổi. Frazier có một danh sách khách hàng người Trung Quốc và trước khi sinh Jon, có thi thoảng đi công tác ở châu Á. Chị muốn học tiếng Bắc Kinh, nhưng mọi cố gắng

đều trở về số không. Chị cho rằng mình quá già – não đã mất đi sự co giãn cần thiết – vì thế với Jon, chị nhất định rằng con mình phải được bắt đầu thật sớm. Khi mặc đồ hoặc cho con ăn, chị bật các chương trình tin tức bằng tiếng Trung Quốc trên ti vi. Họ không bao giờ ngồi xem ti vi – chị cho rằng như vậy không tốt cho Jon – nhưng Frazier luôn cố gắng để bé nghe tiếng Bắc Kinh 20 phút mỗi ngày. Chị thấy điều này cũng chẳng hại gì tới con.

Frazier cũng cho rằng Jon có thể chứng tỏ nhận thức nhất định của mình về khả năng ngôn ngữ – nhưng điều này có thể bị ảnh hưởng nếu cháu chỉ được xem một ngôn ngữ duy nhất. Luôn có ý thức kiên trì nói chuyện với con, Frazier mang tới cho bé Jon một rào cản thực sự về từ ngữ.

"Chuyện phiếm không ngừng cả ngày," chị quả quyết. "Khi chúng tôi đi đâu đó hoặc đi dạo, tôi mô tả những thứ trên phố – màu sắc, tất cả những gì tôi thấy.

Chị có vẻ kiệt sức khi tả lại. "Khó mà tự nói chuyện với mình mãi được," chị thú thực. "Trẻ con đâu có góp gì nhiều vào các cuộc nói chuyện."

Chuyện của Frazier cũng giống rất nhiều câu chuyện chúng tôi đã nghe. Cha mẹ rất lờ mờ về các thông tin chi tiết, nhưng những lời trẻ nói ra không phải yếu tố duy nhất đo đếm khả năng ngôn ngữ của chúng: trẻ lớn lên trong một gia đình càng mạnh mẽ, nhạy cảm về ngôn ngữ thì càng nhanh có những mốc phát triển vượt bậc. Đây cũng là tiền đề cho nhiều cuốn sách về lời khuyên dành cho những người mới làm cha mẹ, những người vốn rất quan tâm tới những trang nhắc nhở cha mẹ phải chuyện trò thật nhiều quanh trẻ và với trẻ. Một sản phẩm mới ra đời nhưng đã bán khá chạy cho phụ huynh là công cụ trị giá 699 đô-la có tên "dụng cụ đếm từ," một thứ dụng cụ khá phức tạp to bằng chiếc điện thoại di động có thể để gọn vào túi em bé hoặc trên ghế xe hơi. Dụng cụ này đếm số từ mà trẻ nghe được trong một ngày hoặc một giờ.

Dụng cụ đếm từ hiện được các nhà nghiên cứu khả năng ngôn ngữ ở trẻ em dùng rất nhiều. Nguồn gốc cảm hứng sáng tạo của dụng cụ này là nghiên cứu nổi tiếng của Tiến sĩ Betty Hart và Todd Risley từ Đại học Kansas, xuất bản năm 1994.

Hart và Risley tới thăm nhà rất nhiều gia đình có trẻ từ chín tới 10 tháng tuổi. Họ ghi hình khoảng một giờ những tương tác khi phụ huynh cho trẻ ăn hoặc làm việc vặt trong nhà mà trẻ ở quanh – và ghi hình lặp lại mỗi tháng một lần cho đến khi trẻ được ba tuổi. Cẩn thận sao nội dung vào dữ liệu, Hart và Risley thấy rằng trẻ trong các gia đình khá giả một giờ nghe khoảng 600 từ. Trong khi đó, trẻ em ở các gia đình thuộc tầng lớp lao động nghe khoảng 900 từ một giờ và trẻ em ở các gia đình trung lưu nghe khoảng 1.500 từ một giờ. Chênh lệch này chỉ tăng lên rõ rệt khi trẻ chập chững đi và không phải vì cha mẹ nói nhiều hơn, mà vì họ bắt đầu nói với trẻ những câu phức tạp hơn, bổ sung thêm nhiều từ.

Sự giàu có này về mặt khám phá ngôn ngữ có một sự tương đồng mạnh mẽ với kết quả từ vựng của các em. Đến sinh nhật thứ ba, trẻ trong các gia đình trung lưu đã có thể nói trung bình tới 1.100 từ trong khi trẻ ở các gia đình giàu có chỉ nói được gần một nửa – trung bình 525 từ.

Sự phức tạp, đa dạng và số từ nhất định mà trẻ nghe chắc chắn là những yếu tố quan

trọng đóng góp vào sự thu nhận ngôn ngữ. Nhưng về mặt khoa học, chưa rõ chỉ đơn thuần nghe nhiều ngôn ngữ có thể đóng vai trò chủ đạo, cốt yếu cho khả năng của trẻ hay không. Về phía các tác giả, Hart và Risley viết nhiều trang liệt kê rất nhiều trò chơi khác nữa, tất cả đều có liên hệ với tỷ lệ hiệu quả tập nói của trẻ.

Thêm vào đó, những từ trong tiếng Anh mà trẻ nghe phổ biến nhất, như “đã”, “của,” “rằng,” “trong” và “vài” – thuật ngữ gọi là những từ loại kín. Trẻ học những từ này chậm nhất – thường là phải sau sinh nhật lần thứ hai. Ngược lại, trẻ học danh từ trước, dù danh từ lại là những từ ít gặp nhất trong các cuộc hội thoại hằng ngày của cha mẹ với các em.

Hệ biến hóa ngôn ngữ cơ bản, cho rằng khả năng nói ra ở trẻ là chức năng trực tiếp từ khả năng thu nhận ngôn ngữ, cũng không giúp giải thích tại sao hai trẻ, có hoàn cảnh gia đình giống nhau (đều có giáo dục, khả năng ngôn ngữ của mẹ ngang nhau, ví dụ thế) lại tiếp nhận ngôn ngữ theo những tiến độ rất khác nhau.

Một thập kỷ trước, công trình của Hart và Risley là luận điểm sắc bén của nghiên cứu về ngôn ngữ. Hiện nay, công trình đó vẫn là một trong những công trình được đánh giá cao và có ảnh hưởng lớn trong giới khoa học xã hội. Nhưng trong thời gian gần đây, các nhà nghiên cứu khác đã bí mật khảo sát và tìm ra chính xác điều gì đã xảy ra với một trẻ hai tuổi, từ khi bập bẹ đến lúc nói sõi.

Nếu như có một bài học chủ đạo từ kiến thức mới nhất này, thì đây: hệ biến hóa ngôn ngữ cơ bản đã lật ngược. Luồng thông tin gây tranh cãi nhất đi theo hướng ngược lại với những gì chúng tôi vừa đề cập. Vai trò trung tâm của phụ huynh không phải nằm ở chỗ tống *vào* tai trẻ càng nhiều từ càng tốt, ngược lại, vai trò của cha mẹ chính là ở việc nhận biết những điều đến từ đứa trẻ – từ miệng trẻ, mắt trẻ và cả những ngón tay nữa. Nếu, giống như Anne Frazier chẳng hạn, bạn nghĩ trẻ không tham gia vào cuộc hội thoại, bạn đã bỏ sót điều vô cùng quan trọng.

Thực tế, một trong những cơ chế giúp trẻ nói không phải là những đoạn đối thoại của cha mẹ – không phải điều mà trẻ *nghe* từ cha mẹ, mà là những thứ cha mẹ diễn đạt đúng thời điểm, với sự chăm sóc đầy tình thương yêu.

*

Tiến sĩ Catherine Tamis-LeMonda, Đại học New York, đã dành cả thập kỉ gần đây tìm kiếm một phản ứng rõ ràng với cha mẹ của trẻ em cũng như ảnh hưởng của nó tới khả năng nói của các em. Cùng với Tiến sĩ Marc Bornstein của Viện Nghiên cứu Sức khỏe Quốc gia, bà đưa các nhóm nghiên cứu tới nhiều gia đình có trẻ chín tháng tuổi. Hầu hết là những gia đình giàu có với các phụ huynh có nền tảng giáo dục đặc biệt tốt, quanh khu vực New York. Các nhà nghiên cứu đặt một số loại đồ chơi phù hợp lứa tuổi dưới sàn nhà và đề nghị người mẹ chơi với trẻ trong khoảng 10 phút.

Các tương tác này được ghi hình và 10 phút chơi của mẹ và bé về sau được xử lý từng giây một. Mỗi khi trẻ nhìn mẹ, hoặc bập bẹ, hoặc với đồ chơi đều được ghi lại – trung bình, 65 lần như vậy trong 10 phút, nhưng có những em khá im lìm trong khi một số khác lại rất năng nổ. Họ cũng ghi nhận ngay mỗi trường hợp bà mẹ đáp lại trẻ. Mẹ có thể nói: “Tốt

lắm," hoặc "Đó là cái thìa," hoặc "Nhìn đây con." Người mẹ thường đáp lại 60% thời gian chơi. Các trường hợp trả lời chậm hoặc quá giờ (so với khung năm giây) được ghi nhận riêng.

Sau đó, mỗi tuần các nghiên cứu viên đều điện thoại cho người mẹ, suốt một năm sau đó và kiểm tra những từ mới nào mà trẻ dùng trong tuần đó – trên cơ sở bảng 680 từ mà một trẻ chập chững đi có thể nói. Điều này giúp ghi nhận chính xác tiến bộ của từng trẻ. (Họ cũng thực hiện lặp lại theo dõi với băng video khi trẻ được 13 tháng tuổi, để chấm điểm lần thứ hai tương tác giữa các cặp mẹ con.)

Trung bình, một trẻ trong chương trình nghiên cứu của Tiến sĩ Tamis-LeMonda bắt đầu nói những từ đầu tiên khi 13 tháng tuổi. Khi 18 tháng, một trẻ chập chững đi có trung bình 50 từ trong bộ từ khóa của mình, đã biết cách ghép các từ lại với nhau và thậm chí còn biết dùng từ ngữ nói về quá khứ nữa. Nhưng có một sự đa dạng lớn trong nhóm mẫu này, một số trẻ có tiến bộ vượt bậc rất sớm, còn số khác lại rất chậm.

Biến số giúp giải thích tốt nhất sự chênh lệch này chính là người mẹ đáp lại nhanh tới mức nào với những phát hiện và phát âm của trẻ. Con trẻ ở tuổi chập chững phát triển sớm hơn tới sáu tháng nếu mẹ trả lời nhanh. Các bé nói từ đầu tiên khi mới 10 tháng tuổi và tiến tới mốc tiếp theo ở 14 tháng tuổi.

Hãy nhớ rằng, các gia đình được lấy mẫu đều là các gia đình giàu có, nên *tất cả* các em đều được thụ hưởng ngôn ngữ từ phụ huynh sở hữu năng lực từ ngữ mạnh mẽ. Các trẻ đều nghe rất nhiều. Mẹ giao tiếp với bé nhiều hay ít không giúp tiên đoán khả năng nói ở bé – mà chính là mẹ có trả lời bé, giúp bé định hướng ngôn ngữ hay không.

"Tôi không dám tin vào sự phát triển nhảy vọt của trẻ theo mốc thời gian," Tamis-LeMonda nhớ lại. "Các bước phát triển này lớn lao kinh ngạc." Bà chỉ ra hai cơ chế có khả năng giải thích được điều này. Thứ nhất, theo hướng hỏi-đáp của mẹ và con, não trẻ học được rằng, âm thanh từ miệng của mình có ảnh hưởng tới cha mẹ, được cha mẹ chú ý – âm thanh này thật quan trọng, không hề vô nghĩa. Thứ hai, một trẻ cần liên kết một vật với một từ, vậy nên, nếu trẻ nhìn vào hoặc chơi đùa với món đồ đó, thì danh từ ấy cần được gọi tên cho trẻ nghe.

Trong một nghiên cứu, Tamis-LeMonda so sánh hai bé gái trong chương trình nghiên cứu, Hannah và Alyssa. Ở chín tháng tuổi, cả hai đều hiểu khoảng bảy từ, nhưng chưa biết nói. Bé Hannah tìm hiểu và luyện từ với tần suất chỉ bằng nửa bé Alyssa – cô bé lặp lại tới 100 lần trong 10 phút ghi hình. Tuy nhiên mẹ bé Hannah đáp ứng nhiệt tình hơn hẳn. Rất ít tình huống trả lời bị chị bỏ qua và chị cũng mô tả bất cứ thứ gì bé Hannah nhìn vào, gấp đôi lệ thường. Ở 13 tháng tuổi, chênh lệch này được khẳng định rõ hơn; mẹ bé Hannah đáp lại tới 85% số lần, trong khi mẹ bé Alyssa chỉ phản hồi 55% số lần.

Trong khi đó, Hannah đã bắt đầu chuyển sang giai đoạn líu lo suốt ngày, Alyssa tiến bộ chậm hơn. Khoảng cách này càng giãn ra qua từng tháng. Tới khi hai bé 18 tháng tuổi, Alyssa biết thêm tám từ mới vào bộ từ của mình, trong khi cùng thời điểm, Hannah đã thêm vào tới 150 từ, 50 trong số đó là động từ và trạng từ.

Khi 21 tháng tuổi, Alyssa dùng nhiều nhất chỉ là những câu "Em tè" và "Bai-bai mẹ," trong khi Hannah có thể dùng cả giới từ và những danh động từ một cách khá thường xuyên, nói được những câu như: "'Yoni đang ăn cái bánh mì kẹp hành." Khi hai tuổi, gần như không thể dõi theo Hannah nữa, em có thể nói về bất cứ điều gì.

Biến số này, cách cha mẹ đáp lại việc nói của trẻ – một cách đúng lúc – có vẻ như là cơ chế mạnh nhất giúp đẩy nhanh một trẻ từ bập bẹ trở thành nói sõi.

Giờ nếu ta nhìn lại công trình nghiên cứu nổi tiếng của Hart và Risley, từ những khám phá mà Tamis-LeMonda mang tới, cơ chế tương tự hiện ra. Trong các dữ liệu của Hart và Risley, cha mẹ nghèo khó khởi đầu hội thoại với con trẻ cũng nhiều như các cha mẹ khá giả (khoảng hai phút một lần.) Những khởi đầu này thậm chí ít giàu có hơn một chút về mặt ngôn ngữ so với cha mẹ khá giả. Nhưng sự chênh lệch thực sự lại nằm ở việc cha mẹ *đáp lại* hành động và lời nói của trẻ như thế nào.

Cha mẹ khá giả đáp lại những tiếng bập bẹ của trẻ, tới 200 lần một giờ – chỉ một từ trả lời hoặc một cái chạm tay cũng được tính. Mỗi lần trẻ nói hoặc làm gì đó, cha mẹ ngay lập tức phản xạ lại. Cha mẹ nào giàu có, thường trả lời những lời nói và hành động của trẻ ít hơn một nửa so với tỷ lệ chung, do bận rộn với những việc lặt vặt và do gia đình đông người. (Phân tích tiếp theo của Tiến sĩ Gary Evans chỉ ra cha mẹ cũng bị cụt hứng khi đáp lại trẻ, nếu như sống trong gia đình quá đông đúc; đám đông khiến con người có xu hướng tâm lý rút lui, giảm chú ý tới người khác.)

Nghiên cứu của Tamis-LeMonda dựa trên sự tương đồng – từ nội tại, không hẳn việc phản ứng của cha mẹ giúp trẻ tăng nhanh khả năng phát triển ngôn ngữ là điều đã được chứng minh. Để thực sự bị thuyết phục, rằng chính điều này làm bùng lên điều kia, chúng ta cần kiểm tra lại các thực nghiệm, trong đó cha mẹ phản ứng với trẻ theo tỷ lệ cao hơn và kiểm tra liệu việc này có dẫn tới những bước nhảy vọt trên thực tế, về khả năng dùng từ của trẻ.

May thay, những thí nghiệm này đều đã được hoàn tất – bởi Tiến sĩ Michael Goldstein thuộc Đại học Cornell. Ông khiến các bé thay đổi cách bập bẹ, chỉ trong 10 phút.

*

Lần đầu tới phòng thí nghiệm của Tiến sĩ Michael Goldstein, tại tòa nhà Tâm lý học trong khuôn viên Đại học Cornell, mẹ và bé chưa phải kiểm tra gì. Họ được đưa vào một phòng yên tĩnh với vài thứ đồ chơi xếp gần nhau trong nửa tiếng, làm quen với các dụng cụ. Tường trắng, được trang trí bởi những miếng dán hình Chú gấu Winnie. Thảm màu nâu nhạt và ngồi rất thoải mái. Trên sàn, rất nhiều đồ chơi mà một trẻ có thể có ở nhà – chú sâu đo nhiều màu rực rỡ, những chiếc nhẫn, tấm đệm thay hình đổi dạng và một bộ cờ đồ chơi để khám phá. Camera theo dõi được gắn trên ba điểm trong phòng, phủ vải trắng để ngụy trang. Bà mẹ biết rõ đang được theo dõi, từ camera và từ bên kia tấm kính một chiều. Nhưng dù thế nào, đây cũng là một khoảnh khắc thú vị để chơi với em bé – lúc này người mẹ không bị xao lãng bởi điện thoại di động hay những việc lặt vặt trong nhà. Bé trườn vào lòng mẹ, đưa đồ chơi xung quanh vào miệng và nếu bé bò đi thì mẹ kéo bé lại để bé nhìn vào bộ cờ đồ chơi.

Hôm sau, mẹ và bé quay lại. Trong thí nghiệm còn phôi thai của Goldstein, đứa bé chín tháng tuổi được mặc một tấm áo khoác vải bông chéo, có cài một microphone không dây rất nhạy trong túi để quân cờ. Mẹ được đưa một đôi tai nghe không dây – loại dùng trong ngành công nghiệp hàng không, giúp người ta loại bỏ mọi âm thanh bên ngoài. Mẹ và bé quay lại phòng đồ chơi và lại được yêu cầu cùng chơi thật tự nhiên trong vòng nửa giờ. Sau 10 phút, một nghiên cứu viên hướng dẫn mẹ qua tai nghe. Khi người mẹ nghe "Tiếp đi," chị lập tức tiến gần tới cháu bé, vỗ nhẹ hoặc vuốt ve cháu và có thể còn hôn bé nữa.

Người mẹ không biết điều gì đã mang lại gợi ý này. Chị chỉ biết rằng, trong suốt 10 phút tiếp theo, chị nghe rất nhiều những từ "Tiếp đi," tới sáu lần mỗi phút. Người mẹ có thể thấy con vẫy tay hoặc đập chân, nhưng không thể nghe được cháu vì đôi tai nghe. Trong 10 phút cuối, các nghiên cứu viên yêu cầu chị tiếp tục chơi và tương tác với trẻ một cách bình thường.

Khi mẹ và bé rời đi, người mẹ không biết chút nào về việc nghiên cứu viên sẽ làm gì tiếp đó. Với hai khoảng thời gian nửa giờ đã tham gia, chị chỉ biết nói chuyện và chơi với con.

Và đây là những điều diễn ra phía sau tấm kính một chiều kia: trong phân đoạn 10 phút giữa, mỗi khi trẻ tạo ra một âm thanh (không phải tiếng ho, tiếng kêu nho nhỏ hay tiếng tặc lưỡi), nghiên cứu viên nghe được rất rõ từ phòng quan sát. Ngay lập tức, nghiên cứu viên yêu cầu người mẹ "Tiếp đi," và chỉ trong một giây, người mẹ thể hiện tình cảm với bé. Đêm đó, một nghiên cứu sinh sẽ ngồi lại với những băng video ghi từng đoạn và đánh dấu, từng giây một, kiểm tra xem trẻ bập bẹ thường xuyên không và chất lượng của những âm thanh bé tạo ra thế nào.

Khi bé tạo ra những âm thanh như những lời nói rời rạc, đó thực sự là một tiến bộ vượt bậc, mỗi tiếng bập bẹ lại trưởng thành hơn và rõ hơn tiếng trước đó.

"Không ít hơn 80 cơ tham gia vào hành động phát âm, mà cần một năm hoặc hơn trẻ mới có khả năng kiểm soát được," Goldstein giải thích. Từ khi sinh ra, trẻ em đã tạo ra những âm thanh *gần như nguyên âm*. Bé dùng phần phía dưới của cơ quan phát âm, cổ họng chưa mở nhưng được sự trợ giúp của một chút hơi thở. Vì thanh quản vẫn chưa hạ xuống, hơi thở của bé đi qua cả mũi và miệng. Kết quả là một âm mũi khèn khẹt phát ra, nghe như bé đang cáu kỉnh (thực ra không phải vậy).

Trẻ không thể tiến thêm bước nào về năng lực phát âm cho tới vài tháng sau, mặc dầu vậy thời gian này vẫn là khoảng thời gian tương tác rất quan trọng với cha mẹ. Về cơ bản các em bắt đầu chuyển sang "nói," kiểu hội thoại rất vui. Khi bé thủ thỉ, bố sẽ trả lời: "Thế à?" Bé lại bập bẹ và bố lại giễu bé: "Chà, phải hỏi mẹ thôi con."

Dù hầu hết cha mẹ dường như dùng bản năng để hoàn thành sứ mệnh làm cha làm mẹ, theo kiểu hỏi đáp này một cách tự phát – mà không cần được bất cứ cuốn cẩm nang nào hướng dẫn – không phải ai cũng xử lý tốt như nhau. Một công trình nghiên cứu đáng chú ý tìm ra rằng những em bé có sự phối hợp nhịp nhàng hơn với cha mẹ, khi trẻ ở thời điểm bốn tháng tuổi, có thể có được khả năng nhận thức tốt hơn về sau.

Theo Goldstein: "Chuyện trò luân phiên với bé dẫn tới sự phát triển phát âm – giúp bé sớm có khả năng tạo ra những âm thanh phức tạp hơn."

Cha mẹ nói chuyện với em bé thường theo nhịp như của bài hát, thuật ngữ gọi là *nựng con*[1], mà chính họ cũng không hiểu điều gì đã thôi thúc mình làm theo cách lạ lùng như vậy. Vẫn là tiếng Anh, nhưng tác động tình cảm dường như vọt lên hân hoan, mỗi nguyên âm dường như đều kéo dài ra, với sắc thái được phóng đại lên vô số lần. Điều đó không có riêng trong nền văn hóa nào – nó gần như có ở khắp nơi trên thế giới – các đặc tính ngữ âm giúp não trẻ nhận thức dần những âm thanh còn đầy bí ẩn kia.

Ở vào tháng phát triển thứ năm, trẻ đã bắt đầu điều khiển được kha khá các cơ quan phát âm để mở họng và đẩy hơi ra, thi thoảng tạo nên những *nguyên âm rõ ràng*. "Với người mẹ của một bé năm tháng tuổi," Goldstein nói: "Nghe một nguyên âm rõ tiếng từ miệng con là một điều tuyệt vời. Cực kỳ sung sướng." Nếu mẹ trả lời đúng lúc, não trẻ ghi nhận mức độ quan tâm đặc biệt dành cho những âm thanh này. Lúc đó, cha mẹ bắt đầu kết thúc giai đoạn trả lời những âm thanh cũ do trẻ tạo ra, vì họ đã nghe quá nhiều rồi. Sự trả lời có chọn lọc này khiến trẻ nỗ lực hơn để tạo ra những nguyên âm chính xác hơn.

Trẻ sẽ nhanh chóng bổ sung cho mình các âm thanh *gần với âm tiết,* kết hợp nguyên âm và phụ âm – thay vì những âm "gu (goo)" và "cu (coo)," bé biết nói "ba" và "da," dùng phần trước của miệng để phát âm. Tuy nhiên, trẻ kéo từ nguyên âm sang phụ âm dài hơn, vì lưỡi và các khứa lợi cũng như các khe hàm trên chưa thể đẩy âm ra nhanh được, khiến nguyên âm phát ra bị biến dạng. (Đó là lý do tại sao rất nhiều bé bắt đầu những từ đầu tiên trong đời với những nguyên âm "b"và "d" – đó là những phụ âm rõ ràng đầu tiên mà các cơ có thể tạo ra).

Ngay từ khi mới sáu tháng tuổi, nhưng thường là ở tháng thứ chín, trẻ bắt đầu tạo ra những *âm tiết chuẩn,* yếu tố cơ bản của giao tiếp giữa những người lớn. Chuyển tiếp phụ âm sang nguyên âm diễn ra nhanh hơn và hơi của trẻ cũng được đẩy nhanh hơn. Trẻ đã gần như sẵn sàng ghép các âm với nhau thành từ. "Chúng tôi nghiên cứu các trẻ ở chín tháng tuổi vì ở tuổi này, các em vẫn còn diễn đạt phổ biến theo lối bập bẹ," Goldstein nói. Những tiếng bập bẹ gần như nguyên âm vẫn là chủ yếu, các âm tiết chuẩn rất hiếm gặp.

Với lộ trình phát triển này trong đầu, rất sốc khi chúng tôi nghe sự khác biệt giữa những từ trẻ đọc trong suốt quá trình thực nghiệm của Goldstein. Trong 10 phút đầu tiên (thời gian chuẩn tự nhiên khi mẹ trả lời cho bé như lúc ở nhà), trẻ ghép từ trung bình tới 25 lần. Tỷ lệ này tăng tới 55 lần trong 10 phút tiếp theo, khi mẹ được Goldstein hướng dẫn "Tiếp đi". Độ phức tạp và độ chín của những từ bập bẹ đó cũng tiến triển kinh ngạc; hầu như các nguyên âm đều được phát ra rõ ràng và thông tin chuyển tải rất đầy đủ. Các âm chuẩn, trước kia hiếm gặp thì giờ trung bình được nói ra trong một nửa số thời gian.

Thực sự rất bất ngờ đối với tôi – trẻ thực sự đã tiến bộ hơn đến năm tháng tuổi, khi so kết quả từ 10 phút tiếp theo với 10 phút trước.

"Điều quan trọng cần nhớ ở đây là trẻ không hề bắt chước lại âm thanh của cha mẹ," Goldstein lưu ý.

Trong 10 phút giữa, cha mẹ chỉ âu yếm trẻ, để thưởng cho những lời bập bẹ. Trẻ không nghe được nhiều những gì mẹ nói. Nhưng bản thân hành động vuốt ve của người mẹ đã đủ có tác động đáng kể lên tần suất và sự chín dần của lời nói trẻ thơ.

Goldstein tiến hành lại thí nghiệm, yêu cầu cha mẹ nói với trẻ mỗi khi chạm vào con. Cụ thể, ông yêu cầu nửa số cha mẹ phát âm một số nguyên âm nhất định và nửa còn lại là những âm hoàn chỉnh với đầy đủ nguyên âm, phụ âm... như một từ, từ "bát" chẳng hạn. Không ngạc nhiên là, những trẻ nghe được nguyên âm thì phát âm nhiều nguyên âm hơn, còn trẻ nghe âm đầy đủ thì nói lên nhiều âm hoàn chỉnh. Và trẻ cũng không hề lặp lại đúng nguyên âm hay cả âm. Thay vào đó, chúng chấp nhận pha âm. Cha mẹ nói "a" thì sẽ được nghe trả lời "e" hay "u," và cha mẹ nào nói "bát" thì sẽ được nghe "bem." Ở tuổi này, trẻ chưa cố gắng lặp lại chính xác những âm cha mẹ nói; các em vẫn còn đang học cách chuyển nối nguyên âm – phụ âm, để từ đó, các em sẽ phát triển ra *tất cả* các từ.

*

Ở cấp độ nào đó, nghiên cứu của Goldstein đã giúp mở khóa những bí mật về việc học nói của trẻ em, dường như ông mới đưa cho các bậc phụ huynh sốt sắng tấm bản đồ giúp tìm con đường ngắn nhất để hướng trẻ tới sự phát triển vượt bậc về ngôn ngữ. Nhưng Goldstein rất cẩn thận lưu ý cha mẹ đừng hành động quá trớn. "Trẻ cần nghỉ ngơi để não có thể tập hợp những gì vừa học," ông nói. "Đôi khi trẻ cần có thời gian tự chơi, một mình, để có thể tự bập bẹ với chính mình." Ông cũng chỉ ra trong kiến thức khoa học nói chung, theo B. F. Skinner[2], việc tán thưởng gián đoạn sẽ có tác động lớn hơn nhiều so với tán thưởng liên tục.

Và để phòng cha mẹ lôi các bé ra khỏi nhà trẻ để luyện phát âm với mình, Goldstein nói: "Việc được nhiều người đáp lại trong một nhà trẻ chất lượng cao có lẽ là môi trường lý tưởng."

Tamis-LeMonda cũng cảnh báo cha mẹ không nên quá phấn chấn. Các mẹ không nhất thiết phải đáp lời con *suốt cả ngày*. "Theo nghiên cứu của tôi, mẹ được yêu cầu ngồi chơi đồ chơi với trẻ. Nhưng vẫn người mẹ đó, khi cho trẻ ăn, có thể chỉ cần trả lời con 30% số lần. Khi trẻ chơi trên sàn còn mẹ nấu nướng, chỉ cần 10% thời gian là đủ. Nếu cùng nhau đọc sách, tỷ lệ thời gian trò chuyện sẽ lại tăng lên."

Goldstein lưu ý 2 điểm dành cho cha mẹ quá nhiệt tình trong việc áp dụng kết quả nghiên cứu với trẻ. Thứ nhất là cha mẹ, quá quan tâm tới tỉ lệ đáp lời con, có thể phạm sai lầm khi quá nghiêng về những âm thanh không tròn rõ mà trẻ có thể đã vượt qua giai đoạn đó rồi, như vậy sẽ kìm hãm sự phát triển của con. Cha mẹ đáp lại trẻ bằng những âm thanh kém trưởng thành, trẻ rất dễ tập trung và tiếp thu. Khoảng thời gian quá độ với cha mẹ để chấm dứt trả lời bằng những âm chưa tròn rõ như vậy và phải có tính chọn lọc hơn trong việc đáp lại trẻ, tự nhiên kéo dài ra rất nhiều.

Điều thứ hai mà Goldstein làm rõ là một điểm từ công trình nghiên cứu mà ông viết cùng một cộng sự ở Cornell, Tiến sĩ Jennifer Schwade. Goldstein tập trung nghiên cứu năm đầu tiên trong đời trẻ, còn Schwade tập trung vào năm thứ hai, khi trẻ bắt đầu học nói 300 từ đầu tiên trong đời. Một trong các cách dạy trẻ, là cha mẹ "dãn nhãn cho đồ vật" – cha mẹ

nói với trẻ: “Xe đẩy của con này,” “Thấy bông hoa không con?,” và “Nhìn mặt trăng kìa con.” Trẻ em học tốt hơn với hình thức dán nhãn đồ vật này, nhất là khi cha mẹ chờ đến khi mắt trẻ nhìn tới món đồ. Điều này thực sự có tác động, nhất là khi trẻ *vừa nhìn vừa đọc* hoặc *nhìn và chỉ tay*. Lý tưởng nhất là, cha mẹ không can thiệp, không chỉ đạo sự tập trung của con – ngược lại cha mẹ lại phải dõi theo cách dẫn của trẻ. Khi gọi tên đồ vật đúng lúc, não trẻ sẽ liên kết âm thanh với đồ vật.

Cha mẹ làm theo hai cách. Thứ nhất, họ hướng trẻ theo ý họ chứ không để trẻ thể hiện ra sự tò mò và quan tâm trước. Thứ hai, họ lờ đi đồ vật mà trẻ đang nhìn và thay vào đó tự luận ra từ *điều mà họ cho rằng trẻ đang muốn nói tới*.

Em bé, tay nắm chiếc thìa, có thể nói “bơ, bơ“ còn những bậc cha mẹ đang đầy nhiệt huyết kia thì cho rằng, “Bé nói “bình”, bé muốn có cái bình,” và trả lời bé: “Bình hả con? Con muốn cái bình phải không? Mẹ lấy bình cho con nhé.” Vì không chú ý, cha mẹ đã nói quàng xiên, dạy con cái thìa gọi là “bình”. Vài cha mẹ, trong nghiên cứu của Goldstein và Schwade, hiểu sai tới 30% thời gian nói chuyện với con. “Bê” thường bị hiểu nhầm là bình, bông, bé. “Chờ” được hiểu là cha hay chó. Thực tế, ở chín tháng tuổi, bé có thể chẳng định nói điều gì cả - bé chỉ phát âm mà thôi. Vờ như bé đang chủ ý nói, trong khi thực ra bé chưa thể nói, là nguyên nhân dẫn tới sai lầm.

Dán nhãn cho các đồ vật khác nhau khi trẻ mới chín tháng tuổi mang lại một tương quan mạnh mẽ với bộ từ vựng của bé sáu tháng sau đó (tương đồng đạt 81%). Còn dán nhãn lung tung – như nói “bình” trong khi bé cầm thìa chẳng hạn – có hậu quả rất tệ với bộ từ vựng sau này (tương đồng đạt -68%). Điều này có nghĩa là gì? Một bà mẹ trong nghiên cứu của Schwade dán nhãn đồ vật giỏi nhất, có một con gái 15 tháng tuổi, hiểu đến 246 từ và nói được 64 từ. Ngược lại, với bà mẹ dán nhãn lung tung nhiều nhất, bé gái 15 tháng tuổi chỉ hiểu 61 từ và nói được vỏn vẹn *năm từ*.

*

Theo nghiên cứu của Schwade, dán nhãn đồ vật cũng chỉ là một trong vô vàn các cách để phụ huynh tạo giá đỡ cho khả năng nói của trẻ chập chững đi. Một lần nữa, vẫn tồn tại những điều phụ huynh muốn làm theo lẽ tự nhiên, nhưng không hề cho kết quả giống nhau. Trong mảng này, chúng tôi đề cập tới năm kỹ năng.

Ví dụ, khi người lớn nói với trẻ nhỏ về đồ vật nhỏ, trẻ thường xoay, lắc đồ vật hoặc đẩy vật loanh quanh – thường cũng đồng nhịp với âm điệu nựng con của cha mẹ. Đây là trẻ đang hưởng ứng và lúc này rất hữu ích nếu cha mẹ muốn dạy trẻ về tên đồ vật. Đưa đẩy một vật giúp thu hút sự chú ý của trẻ, kích thích đa giác quan cùng lúc. Nhưng cánh cửa của sự hưởng ứng này đóng lại khi trẻ bước sang tháng thứ 15 - ở tuổi này, trẻ không còn cần dịch chuyển đồ vật nữa, cũng không còn được lợi ích gì từ đó nữa. Đa giác quan phát triển giúp trẻ nghe tiếng từ nhiều người nói khác nhau.

Các nhà nghiên cứu của Đại học Tổng hợp Iowa mới đây khám phá ra rằng trẻ 14 tháng tuổi không thể học được một từ mới, nếu từ đó chỉ được một người nói ra, dù có lặp lại nhiều lần tới mức nào. Thực tế cho thấy, rất nhiều từ trẻ học mà không hề lưu nhớ lại. Vậy là, thay vì để trẻ nghe từ một người duy nhất nói đi nói lại nhiều lần, nên để trẻ nghe một từ

nói bởi rất nhiều người khác nhau. Trẻ sẽ học từ này gần như ngay lập tức. Nghe từ nhiều người giúp trẻ có cơ hội thấy các âm vị lặp lại thế nào, dù tốc độ và cường độ nói có thể khác nhau. Từ những sự khác biệt đó, trẻ sẽ học được những điểm chung.

Một trẻ 2 tuổi tiêu biểu nghe khoảng 7.000 cách nói một ngày. Số 7.000 này không phải từ một người mà mỗi cách đều đòi hỏi trẻ phải giải mã. Rất nhiều từ ngữ đã trở nên quen thuộc với trẻ. Thực tế, 45% lần nói của người mẹ thường bắt đầu với 1 trong 17 từ phổ biến sau đây:

Cái gì, cái đó, cái, con, là/ không phải là, mẹ, làm/ không làm, đang, một, sẽ, có thể/ không thể, ở đâu, ở đó, ai, tới, nhìn và hãy.

Với một danh sách 156 tổ hợp 2 hoặc 3 từ, nghiên cứu sinh có thể tính tới 2/3 số này mẹ hay dùng để bắt đầu nói với bé.

Những cụm từ ban đầu lặp đi lặp lại nhiều lần này – coi như những từ đóng khung với mọi bà mẹ - trở thành những điểm nhấn quan trọng trong câu. Một trẻ có thể biết rõ nhịp và âm của hầu hết các từ trong câu – chỉ một phần nhỏ trong câu là em hoàn toàn chưa biết.

Từ đó nếu bạn cho rằng trẻ cần đạt được số từ nhất định trong bộ từ vựng của mình mới có thể học được ngữ pháp thì bạn đã sai hoàn toàn. Điều ngược lại mới đúng. Ngữ pháp giúp trẻ học từ vựng.

Một ví dụ: hàng năm nay, giới nghiên cứu đều tin rằng trẻ học danh từ trước khi học động từ - từ nhận định cho rằng trẻ học tên của đồ vật trước khi hiểu được các mô tả hành động. Vậy là nghiên cứu sinh tới Hàn Quốc. Không như ngôn ngữ gốc Âu, các câu trong tiếng Hàn thường kết thúc bằng động từ chứ không phải danh từ. Trẻ 20 tháng ở Hàn Quốc có bộ từ vựng không tới con số 50, động từ nhiều hơn danh từ. Những từ đầu tiên mà trẻ học là những từ ít được dùng nhất – vì những từ này trẻ nghe rõ hơn.

Khi 18 tháng tuổi, bé vẫn không phân biệt được những danh từ nằm ở giữa câu. Ví dụ, một bé chập chững có thể biết tất cả những từ trong câu: “Công chúa đặt đồ chơi dưới ghế.” Nhưng khi nghe câu đó, em không thể hiểu điều xảy đến với món đồ chơi là điều gì, vì từ “đồ chơi” ở giữa câu.

Đóng khung từ ngữ biến thành những tham chiếu sống động. Khi nghe mẫu câu: “Con nhìn… này,” trẻ sẽ học được ngay rằng… đó là một thứ mới chưa nhìn thấy. Còn bất cứ thứ gì sau chữ “Đừng” là thứ mà trẻ phải dừng ngay – kể cả khi trẻ chưa biết những từ như “sờ” hay “bóng đèn”.

Không có những mẫu đó, trẻ chỉ sống vỏn vẹn trong phiên bản đời thực của chương trình Mad Libs[3] - cố đưa những từ mới mà trẻ nhận biết được vào những mẫu câu mà từ có thể phù hợp hoặc cũng có thể không.

Vấn đề chủ chốt này – nhờ sự lặp lại, đánh dấu những điểm khác biệt – cũng được trẻ áp dụng với những dạng biến đổi khác, về mặt ngữ pháp.

Một dạng gần gũi của việc tạo mẫu cho câu, là "các bộ biến thiên". Trong một bộ biến thiên, hoàn cảnh và ý nghĩa của câu không thay đổi, điều này đúng với một loạt câu, nhưng bộ từ và cấu trúc ngữ pháp sẽ có thay đổi. Ví dụ, một bộ biến thiên có thể là: "Rachel, mang sách tới cho ba đi con. Đưa ba cuốn sách. Đưa nó cho ba. Cảm ơn con, Rachel – con đã đưa ba cuốn sách rồi đó."

Theo cách này, Rachel hiểu là "cuốn sách" ở đây cũng chính là "nó" và "mang tới" cũng như "đưa" đều chỉ việc làm chuyển động một đồ vật. Về mặt ngữ pháp, bé nghe câu trước có từ "mang," tức là có thể chuyển danh từ từ đối tượng của hành động trở thành vật chịu tác động (và ngược lại) và động từ có thể được dùng như mệnh lệnh hành động hoặc mô tả một hành động đã hoàn tất (đã đưa xong).

Với rất nhiều danh từ chỉ vật trẻ đang học, dường như có quá nhiều ví dụ phức tạp. Những danh từ chung như xe tải, chó, điện thoại và cả áo khoác với vô vàn kiểu, màu sắc và chất liệu vải. Mới 15 tháng tuổi, trẻ học cách hiểu thế giới bằng việc phân loại những vật đồng dạng, tránh xao lãng bởi những chi tiết khác. Nhưng vài trẻ vẫn còn mơ hồ về việc nên tập trung vào chi tiết gì và việc kém "định dạng vật" sẽ kéo lùi bước tiến ngôn ngữ của trẻ rất nhiều.

*

Có một điều ta học được từ những kỹ năng mà Goldstein và Schwade đề cập – nhưng có vẻ như tồn tại một điều khác nữa để thực sự nhìn ra sức mạnh của những kỹ năng này trong ứng dụng.

Ashley đã có cơ hội chứng kiến ngay khi chúng tôi trở về từ Cornell, khi cô gặp bạn thân nhất, Glenn và Bonnie Summer và cô con gái 12 tháng tuổi Jenna của họ, cùng đi ăn tối tại Westwood - một khu vực mua sắm ở Tây Los Angeles. Ashley xem Jenna cũng như cháu ruột của mình và cô ấy mua cho bé một cái áo xinh xắn màu đỏ ở Cornell. Trong bữa tối, Ashley không thể kiềm chế được việc muốn áp dụng những kỹ năng vừa biết với bé Jenna.

Mỗi khi Jenna nhìn vào vật gì, Ashley ngay lập tức đọc tên đồ cho bé. "Quạt," Ashley đọc, khi Jenna nhìn tới chiếc quạt trần đang quạt gió. "Điện thoại," cô hòa tiếng, mỗi khi tai Jenna đưa mắt tới chiếc điện thoại cố định treo tường của tiệm pizza, kêu reng reng trên móc. Mỗi khi Jenna bập bẹ, Ashley ngay lập tức trả lời hoặc chạm vào bé. Ashley có thể thấy rõ các thang cảm xúc của bé Jenna trong từng tiếng bập bẹ.

Jenna quay về phía mẹ bé và đòi hỏi "Nữa," dùng cách của các em bé – đập đập những ngón tay vào nhau. Bé muốn Bonnie cho thêm miếng đào nữa.

Sau khi cho bé trái đào, Bonnie phàn nàn: "Đây là một trong những dấu hiệu bé muốn xin thêm nữa – một bạn của tớ dạy bé – giờ thì tớ chịu không thể nào bắt Jenna nói "Nữa." Trước bé vẫn nói nhưng giờ thì chỉ ra hiệu thôi. Đáng ghét quá."

Ashley cảm thấy có lỗi chút xíu; vì trước, chính cô cũng có lúc lộn xộn với những kỹ năng ngôn ngữ của Jenna. Nhưng cảm giác tội lỗi tan biến ngay khi cô nhận ra Jenna bắt

đầu bập bẹ nhiều hơn. Jenna nhìn thẳng vào Ashley mỗi khi Ashley nói và dùng nhiều các hợp âm hơn, đúng hoàn cảnh. Ashley cảm thấy thật tuyệt vời. Và ở đó, trong bữa tối ở Westwood, Ashley và cô bé cháu gái đã thực hành lại những khám phá của Goldstein, dù chỉ còn rút lại trong khoảng thời gian 15 phút.

Được khuyến khích, Ashley hỏi bố mẹ bé Jenna liệu có thể thử vài phương pháp mới không. Jenna có chừng 10 từ trong bộ từ vựng của mình – sữa, mẹ, bai-bai,... và vài từ khác. Nhưng bố mẹ bé vẫn chưa dạy thêm cho bé từ mới ngay được. Vì những thực nghiệm của Goldstein có kết quả quá tốt, Ashley quyết định sẽ thử các bài học mới của Schwade về lặp từ. Cô lấy một miếng đào nhỏ, giơ giơ lên không trung và nói "Quả, Jenna... quả..." Jenna mở to mắt nhìn.

"Giờ các cậu làm đi," Ashley hướng dẫn Glenn và Bonnie.

"Qu...ả..." Glenn nói, lắc lên lắc xuống miếng đào tiếp theo. Giọng của anh nghe cứ như ma trong lễ Halloween chứ chẳng giống nựng con tẹo nào. Ashley dạy anh – một chút du dương như bài hát, một chút nhịp điệu trong chuyển động tay. G: "Qu ... ả ..."Glenn thử lại. Anh đặt miếng đào trước mặt Jenna.

"Ỏa ..." Jenna kêu và cầm lấy miếng đào trên bàn.

Glenn bắt đầu cười vang, quay về phía Ashley và nói: "Tớ không nghĩ là lại có tác dụng nhanh đến thế."

Ashley cũng không hề kỳ vọng mức đó. Jenna cứ nhắc đi nhắc lại mãi từ mới cho đến khi hết sạch đào. Khỏi nói, cha mẹ bé hăng hái gấp đôi trong việc dán nhãn đồ vật cho bé tập nói khi bữa tối kết thúc. Ngày hôm sau, các bạn tiếp tục dùng cách đó dạy bé nói "tất" và "giày". Từ đó trở đi, các bạn cũng tăng cường đáp lại Jenna nhiều hơn.

Theo một nghiên cứu mở rộng so sánh hai trẻ sinh đôi cùng trứng với sinh đôi khác trứng, do Tiến sĩ Philip Dale, Đại học Tổng hợp New Mexico, chỉ 25% khả năng ngôn ngữ chịu ảnh hưởng từ các yếu tố gien.

Vậy nếu một trẻ dẫn đầu thì có thể dẫn đầu mãi không? Liệu có khả năng nói phát triển sớm thì có thể lên cấp Một trẻ vẫn là một người đọc giỏi? Hay nếu trẻ bắt kịp bạn rất nhanh, thì có phải đúng trẻ đó vừa có sự bùng nổ về ngôn ngữ?

Các nhà khoa học sẽ nói rằng, *cả hai* đều đúng. Có nhiều trẻ có lợi thế, cũng có nhiều trẻ có thể bắt kịp bạn, cũng như không có hệ quả lâu dài gì được phát hiện. Tiến sĩ Bruce Tomblin, Giám đốc Trung tâm Nghiên cứu Ngôn ngữ Trẻ em ở Đại học Tổng hợp Iowa, lưu ý rằng khả năng ngôn ngữ đạt độ ổn định rất cao khi trẻ học cấp 1, nhưng trước tuổi đó thì không. "Quỹ đạo của kết quả trong tương lai giống như sợi mì spaghetti vậy," ông nói. "Điều duy nhất đặc trưng cho tính đặc trưng của sự phát triển ngôn ngữ, chính là sự biến thiên."

Theo Tamis-LeMonda, điều này đặc biệt đúng với trẻ chập chững đi và biết nói chậm, nhưng trẻ vẫn hiểu sớm rất nhiều từ. "Đôi khi một trẻ không có vẻ như bắt kịp bạn bè

không hẳn là bị tụt hậu; bộ từ vựng tiếp nhận của các em vẫn được phát triển nhanh chóng, nhưng các em không nói nhiều vì xấu hổ hoặc vì chưa có cơ chế kiểm soát rõ ràng.”

Dù vậy, xu hướng chung là rất rõ ràng – một sự phát triển sớm về ngôn ngữ rõ ràng có ý nghĩa, ít nhất với vài năm đầu tiểu học. Quay trở lại với nghiên cứu nổi tiếng của Hart và Risley từ Đại học Tổng hợp Kansas, Tiến sĩ Dale Walker phân tích kết quả học tập của những trẻ em này sáu năm sau – khi các em lên chín. Kết quả ghi nhận năm ba tuổi, về độ dài trung bình của một câu mà trẻ nói và bộ từ trẻ vẫn nói lớn tới mức nào, có những tiên liệu chính xác về khả năng học ngôn ngữ của trẻ năm lớp Ba. Độ tương đồng về khả năng nói là cao nhất và vẫn rất mạnh với khả năng đọc, đánh vần cùng các hình thức đánh giá năng lực từ ngữ khác. Điều này không đúng với môn Toán, không lấy gì làm ngạc nhiên lắm; ta có thể đoán được, vì dẫn đầu về ngôn ngữ không dẫn tới các chức năng nhận thức khác.

Rất quan trọng khi định tính khả năng ngôn ngữ sớm ở trẻ: phát triển sớm chưa chắc đã là bảo đảm cho tương lai. “Không phải thời thơ ấu là thời gian phấn đấu duy nhất,” Tamis-LeMonda nói. “Các kỹ năng mới đang được phát triển thêm trong mỗi giai đoạn của trẻ và sự phát triển từ vựng phải tiếp tục được mở rộng.”

Kết luận

Câu chuyện thần thoại về các đức tính.

Khi tôi và Ashley viết cuốn sách này, chúng tôi đã kiên quyết sẽ không chỉ tập trung vào năng lực trí tuệ đặc biệt của trẻ. Trí tuệ vượt trội không phải là mục tiêu của chúng tôi; ngược lại, chúng tôi quan tâm tới một hình ảnh hoàn thiện hơn ở trẻ em, gồm cả sự phát triển về phẩm chất đạo đức, thái độ với bạn bè, khả năng tự kiểm soát và sự trung thực.

Chúng tôi chọn đề tài này vào thời điểm dường như khá trùng hợp. Suốt 10 năm qua, có một ngành mới của tâm lý học đã liên tục được mở rộng. Thay vì nghiên cứu các bệnh nhân trong phòng bệnh, tập trung vào bệnh lý, các nhà khoa học đã ứng dụng các kỹ năng tìm ra từ nghiên cứu những người có sức khỏe tốt và sống hạnh phúc, thịnh vượng, giúp phân biệt thói quen, giá trị và thần kinh của những người có cuộc sống thành công. Điểm bắt đầu này dẫn tới những bí mật ẩn sâu bên trong về sự củng cố các cảm xúc tích cực, như khả năng chịu đựng, hạnh phúc và lòng biết ơn.

Trong một ví dụ nổi tiếng, Tiến sĩ Robert Emmons, Đại học Tổng hợp California ở Davis, yêu cầu các sinh viên cộng sự của mình làm một tờ báo cáo ngày về lòng biết ơn – suốt hơn 10 tuần, các bạn sinh viên chưa tốt nghiệp ghi ra năm việc đã xảy ra trong tuần trước mà họ cảm thấy biết ơn. Kết quả thật đáng ngạc nhiên – sinh viên nào thực hiện bản báo cáo ngày đó thì 25% hạnh phúc hơn và lạc quan hơn về tương lai và ít ốm yếu hơn trong giai đoạn nghiên cứu đó. Các em còn tập thể dục nhiều hơn.

Emmons lặp lại nghiên cứu này và lần này với các sinh viên viết báo cáo biết ơn hàng ngày, liên tục trong hai tuần – ông cũng gửi bộ câu hỏi về những thành viên tham gia viết cho bạn bè thân thiết của họ, yêu cầu những người này đánh giá bạn mình theo rất nhiều tiêu chí khác nhau. Ông muốn xem liệu chủ thể nghiên cứu có thực sự tốt hơn không, hay chỉ là những suy nghĩ trong đầu họ; liệu điều này có thực sự ảnh hưởng tới việc họ cư xử với người khác không? Câu trả lời rất tự tin, là có. Bạn của họ cũng nhận thấy họ trở nên hào hiệp hơn và tình cảm hơn nhiều.

Các nhà triết học từ lâu đã viết về sự quan trọng của lòng biết ơn. Cicero gọi đó là cha đẻ của mọi đức hạnh. Shakespeare mô tả sự vô ơn như một con quỷ có trái tim đá và ông chỉ trích sự vô ơn ở trẻ em đáng ghê tởm hơn cả quỷ biển. Nhưng cho đến tận nghiên cứu của Emmons, ta vẫn không biết liệu lòng biết ơn dẫn tới cảm giác yêu đời, hay lòng biết ơn chỉ đơn thuần là hệ quả từ cảm giác yêu đời. Chắc chắn hai yếu tố này tỉ lệ thuận với nhau, nhưng Emmons cho thấy rằng lòng biết ơn có thể được củng cố một cách độc lập với cảm giác yêu đời, mà vẫn làm người ta cảm thấy yêu đời hơn.

Trong 40 năm qua, rất nhiều điểm đột phá được khám phá từ nghiên cứu của

Brickman và Campbell về lý thuyết guồng quay khoái lạc. Đầu tiên, hầu hết mọi người đều có một điểm chuẩn hạnh phúc, điểm này không phải trạng thái phẳng trung tính – mà thực tế lại là một trạng thái hết sức tích cực. 80% nhân loại trên thế giới cho rằng mình khá hạnh phúc hoặc rất hạnh phúc. Ngoài ra, khi những người tàn tật cũng như người trung số độc đắc có thể trở về điểm thăng bằng của mình, thì những người khác (tính trung bình) có thể không bao giờ coi cuộc sống đã được vẹn toàn – như người góa bụa, người li dị và những người thất nghiệp lâu năm.

Công trình của Emmons vẫn chưa phải là một đột phá trong thuyết guồng quay khoái lạc. Kết quả ông chỉ ra là, cơ chế truyền tin trong não hoàn toàn có thể bị đánh lừa một cách có ý thức; khi yêu cầu sinh viên nhớ lại và lưu tâm tới những thời khắc may mắn trong cuộc sống thường nhật của mình, ông đưa họ thoát khỏi cái bẫy định sẵn của vòng quay.

Một trong những nghiên cứu sinh được Emmons truyền cảm hứng là Tiến sĩ Jefferey Froh - phó giáo sư đại học Tổng hợp Fofstra ở Long Island. Froh cũng từng làm việc dưới tư cách nhà tâm lý học ở khu vực trường công Half Hollow Hills, dành khá nhiều thời gian tại các trường dạy ngữ pháp và trường trung học tại địa bàn. Ông từng bị choáng váng bởi chủ nghĩa thực dụng hừng hực và sự hiếu danh của nền văn hóa của các bạn trẻ ở Long Island.

“Ở trường trung học, bãi đậu xe có cả BMW và Mercedes dòng E,” Froh nói. “Các em thực sự muốn thể hiện. Ăn mặc hoàn hảo. Vận quần jeans giá trên 200 đô la và áo thun cả trăm đô la. Các em muốn bạn bè biết rằng mình không hề mua đồ giảm giá, mình không phải hạng thường. Có rất nhiều yếu tố để các em cân nhắc khi ghi danh nhập học một trường – không phải các giá trị giáo dục, mà là danh tiếng và uy tín của trường, về thương hiệu của trường Tổng hợp mà trường đó là thành viên.”

Ông thấy ở công trình của Emmons một liều thuốc có khả năng giải độc cho tất cả những điều đó.

Froh tất nhiên không phải người duy nhất thấy được điều đó. Các viện giáo dục, báo chí và cha mẹ bắt đầu chủ trương trẻ phải giữ được những bản ghi chép hàng ngày về lòng biết ơn. Rất nhiều trường bắt đầu đưa bài tập về lòng biết ơn vào chương trình giảng dạy.

Froh, dẫu vậy, cho rằng những nỗ lực này cần được đảm bảo từ những thực nghiệm khoa học và phân tích thực tế. Vậy là với sự tư vấn của Emmons, Froh bắt đầu sự chỉ định ngẫu nhiên đầu tiên, tiến hành thử có kiểm soát lòng biết ơn ở các trẻ em đang đi học.

Hy vọng có thể giúp những trẻ này trước khi chúng biến thành đám học sinh trung học thực dụng, ông đến trường trung học cơ sở Candlewodd ở Dix Hills, New York và mời ba giáo viên đang dạy tham gia “Gia đình và khoa học tiêu dùng” cho các học sinh lớp Sáu và Bảy. Và, như đã nói, 11 lớp tham gia chương trình – 221 sinh viên; nhóm này bao hàm mọi lĩnh vực của cả trường, có học sinh năng khiếu, có học sinh đang nhận những chương trình giáo dục đặc biệt. Bốn lớp đã được yêu cầu làm ghi chép biết ơn hàng ngày, trong suốt hai tuần, các em phải “nghĩ về ngày hôm qua và viết lại năm điều trong cuộc sống mà các em cảm thấy biết ơn hoặc may mắn.”

Điều này chỉ mất vài phút mỗi khi các em bắt đầu giờ học. Vài câu trả lời rất cụ thể ("Tôi biết ơn mẹ đã không phát điên lên khi tôi vô tình làm gãy cái bàn trong sân"); vài câu chỉ đưa ra manh mối sự kiện mà không đề cập sâu hơn vào chi tiết ("Thầy giáo thể dục đã giúp tôi thực hành các bài tập bóng chuyền"); hơn nữa là sự sum vầy của mọi người ("Bà tôi khỏe mạnh, gia đình tôi còn bên nhau, mỗi người trong nhà đều thương nhau và ngày nào ở nhà cũng rất vui"). Froh đặc biệt cảm thấy thích thú khi thấy các trẻ nhỏ tập trung đến từng chi tiết. Rất ít chi tiết thực dụng được đề cập và nếu có thì cũng chỉ một chút gọi là, như có một em cảm thấy biết ơn về bộ sách *Chiến tranh giữa các Vì sao (Star Wars)*. Danh mục lòng biết ơn của trẻ dường như đã định hình lại những mối quan tâm của các em.

Trước, trong và sau đó, ba lớp đều được chỉ định thành các nhóm kiểm tra: các em chỉ cần hoàn thành một bộ câu hỏi và cũng phải làm bài kiểm tra viết hàng ngày: các em viết ra năm điều không may các em gặp phải hàng ngày. Froh chia các lớp thành dạng nhóm kiểm tra chéo, kiểm tra tác động của các yếu tố bất lợi.

Vậy đâu là hiệu quả của những điều tốt đẹp Chúa phù hộ đã được kể ra?

Chẳng có tí nào.

Cả bốn lớp có học sinh điểm lại những điều tốt đẹp không hề cảm thấy biết ơn hơn nhóm kiểm soát – không chỉ trong hai tuần làm bài tập đó, mà thậm chí cả ba tuần sau. Việc viết lại hàng ngày đơn giản là không mang lại hiệu quả như mong muốn. Ở mọi tiêu chí đánh giá, nhóm kiểm soát – vốn là nhóm không làm bài tập này mà chỉ điền bộ câu hỏi tâm trạng – mới là nhóm cho thấy nhiều lòng biết ơn nhất trong cả ba nhóm. Kết quả là, các em làm bài tập ghi chép không hề thân thiện hơn hay hào hiệp hơn với bạn bè. Các em không cảm thấy hài lòng hơn với mọi vấn đề trong cuộc sống của mình.

Lạ lùng là, dẫu vậy, những kết quả mờ mịt này không làm Froh giảm nhiệt huyết. Bản ghi chép ngày về lòng biết ơn chính xác là kiểu bài tập mà trẻ nên làm. Các bên tham gia đều hăng hái muốn làm. Với kiểu cóp nhặt từng ngày, mỗi người đều trông đợi vào một kết quả can thiệp cụ thể, bất kể dữ liệu giúp định ra điều gì.

Kết quả nghiên cứu được công bố trên một tờ nhật báo có tiếng. Trường trung học cơ sở Candlewood cảm thấy rất vui, vì hàng ngàn học sinh ở trường đã cùng tham gia thực hiện.

Báo chí từ đó viết rất nhiều bài liên quan tới kết quả nghiên cứu của Froh, tạo nên ấn tượng rõ ràng là công trình nghiên cứu của Froh đã lặp lại rất hiệu quả công trình nghiên cứu của Emmons với sinh viên của ông. Không một bài nào cho rằng nghiên cứu này còn quá mỏng. Một năm sau, tới kỳ Lễ Tạ ơn – một chu trình mới bắt đầu – thì những vấn đề mới được gợi lên.

Nếu có thể giải thích cho báo chí, thì có thể là sự phân tán từ số liệu của nhóm học sinh chuyên kiểm tra chéo – bốn lớp chuyên ghi nhận những tín hiệu tiêu cực hàng ngày. Không mấy ngạc nhiên khi ta thấy nhóm này có cái nhìn tiêu cực, tỉ mỉ hơn các nhóm khác. Nhưng có một minh chứng hiển nhiên là viết các ghi nhận biết ơn hàng ngày giúp củng cố cảm giác yêu đời khi so với nhóm kiểm tra này. Điều duy nhất nghiên cứu chứng minh được, là nếu

cứ nghĩ mãi tới những điều tiêu cực thì bạn sẽ luôn cảm thấy rất tồi tệ.

Vậy vì đâu mà kết quả từ nghiên cứu này lại quá khác so với nghiên cứu của Emmons trên các sinh viên đại học?

Froh không chắc lắm và đã gặp rắc rối. Ông bỏ các phân tích với con số sang một bên và bắt tay đọc lại tất cả các ghi chép cụ thể của các em học sinh. Rất nhanh, ông nhận ra rằng phần lớn các em cảm thấy mệt mỏi vì cảm giác phải biết ơn.

"Các em viết những thứ giống nhau ngày này qua ngày khác, con chó của tôi, nhà của tôi, gia đình tôi," Froh nhớ lại. "Dường như hơi muộn, lẽ ra phải nói với trẻ đa dạng hóa câu trả lời của mình, suy nghĩ nhiều hơn và thực sự thúc đẩy – hơn là chỉ điền vội điền vàng để có thể quay về bài học."

Và ông khẳng định thí nghiệm tiếp theo của mình nhất định phải trả lời được điều này.

*

Thoạt tiên, nghiên cứu của Froh mang dáng dấp của một trường hợp kinh điển, cho rằng ý tưởng tốt hóa ra lại chỉ là những ý định tốt. Nhưng lịch sử không dừng lại ở đó.

Để thực sự nhận ra được điều chưa ổn, Froh cần chỉ ra hai trong số những tóm tắt chính của ông.

Đầu tiên, ông cần chỉ ra kỳ vọng của mình, về việc học sinh trung học cơ sở chưa có phản xạ giống như sinh viên đại học về vấn đề lòng biết ơn. Chỉ cần ông còn giữ kỳ vọng của mình, thì ông nhận ra còn nhiều điểm chưa ổn trong nghiên cứu của mình – và nếu ông có thể tìm ra điểm sai, thì ông sẽ đạt kết quả mong muốn.

Nhưng có thể chẳng có gì sai cả. Có thể ông không hề phạm sai lầm nào và các kết quả đều được tính đúng. Và vì không nghĩ hết được các khả năng, ông không thể tìm thấy ánh sáng lóe lên nào về kết quả mà nghiên cứu chứng minh được.

Tồn tại một khoảng cách trưởng thành là tám năm từ học sinh trung học cơ sở tới sinh viên đại học. Liệu tồn tại một điều gì đó về những năm này, giúp chứng minh vì sao học sinh trung học không được lợi gì khi làm các bài tập này? Như những gì chúng tôi biết, từ nghiên cứu của Nancy Darling về lứa tuổi thiếu niên, nhu cầu tự lập đạt đỉnh cao năm trẻ 14 tuổi và ở trẻ 12 tuổi cao hơn là ở sinh viên (do sinh viên rõ ràng đã hoàn toàn được tự chủ như mình muốn). Liệu học sinh trung học có khác hay không, nếu xét đến ảnh hưởng của yếu tố nhu cầu độc lập?

Hay sai khác này chịu ảnh hưởng của khả năng nhận thức? Đào sâu hơn các tác động của lòng biết ơn, Froh thấy rằng trẻ em sẽ không cảm thấy biết ơn nếu không nhận thức được 3 điều sau về vô số những điều may mắn khác nhau trong đời: đó là khi các em có *chủ ý, tiết kiệm* được và thấy *có lợi*. Các em cần nhận thức được cuộc sống tuyệt vời này các em không phải tự nhiên mà có, đó là món quà từ công sức lao động của cha mẹ và giáo viên, những người đã hy sinh vì các em – những người thực sự được lợi.

Từ đây, Froh kỳ vọng tìm được một mối liên hệ tỉ lệ nghịch giữa lòng biết ơn và những cảm xúc tiêu cực, như chán nản, xấu hổ, căng thẳng, thù địch và sợ hãi. Tức là, dù không thể thay đổi lòng biết ơn của các em, về mặt lượng, như Emmons đã làm, ông vẫn kỳ vọng sẽ có vài trẻ cảm thấy vô cùng biết ơn và những trẻ khác không cảm thấy nhiều như vậy hoặc thậm chí không cảm thấy chút nào. Và ông cũng chỉ ra rằng trẻ nào cảm thấy biết ơn và hoan hỉ, thì sẽ tránh được gánh nặng của những cảm xúc tiêu cực. Những điều này sẽ bảo vệ trẻ. Nhưng số liệu từ những nghiên cứu khác nhau của ông không hề ủng hộ luận điểm này. Trẻ nào càng biết ơn nhiều thì càng phải chịu đựng những cảm xúc khó khăn, cũng nhiều như những trẻ bình thường.

Từ đó, tư tưởng của Froh bắt đầu chịu ảnh hưởng từ vài nghiên cứu sinh khác, những người đang xét lại vòng quay khoái lạc.

"Họ cho rằng hạnh phúc không hề là một kết cấu duy nhất. Froh giải thích. "Bạn có thể cảm thấy tốt, hài lòng về cuộc sống, nhưng cùng lúc đó cũng căng thẳng và chịu áp lực tâm lý. Bạn có thể cảm thấy cuộc sống nói chung là tốt đẹp nhưng vẫn có những căng thẳng hàng ngày khiến mọi việc không thuận lợi. Với một nghiên cứu viên, điều này có nghĩa là khi bạn đo đếm khía cạnh tác động tích cực hay tiêu cực và sự hài lòng về cuộc sống, thì đồng thời những điều này cũng không hề phát triển theo cùng một hướng."

Froh rất cẩn thận xem lại dữ liệu nghiên cứu đo đếm cảm xúc của trẻ trong công trình nghiên cứu thứ hai. Trên hết, những bức thư cảm ơn của các em rõ ràng đã có tác động rất nhỏ, giống như trong công trình nghiên cứu đầu tiên của Froh. Hóa ra, có vài trẻ đã có tiến bộ tích cực từ sau những bài tập đó, nhưng cũng có vài trẻ không. Khi ghép lại thì điểm các em triệt tiêu lẫn nhau.

Những em có tiến bộ là những em không chịu nhiều tác động từ cảm xúc tích cực – các em ít khi trải qua những cảm giác như hân hoan, hy vọng, mạnh mẽ, quan tâm và có cảm hứng. Khi viết thư cảm ơn và đọc cho cha mẹ, thầy giáo hay bạn bè nghe, những điều đó khiến các em được lấp đầy bởi cảm giác biết ơn và thấy đời mình tốt đẹp hơn. "Đó là những em thực sự có tiến bộ từ chương trình," Froh nói. "Thường thì những trẻ này không cảm thấy nhiều trách nhiệm và không phải các em hoạt bát. Các em ít khi cảm thấy vui vẻ hay hài lòng."

Tuy nhiên – và đây là bước chuyển rất quan trọng – cho những trẻ nào thường cảm thấy đầy hy vọng và hân hoan, thì những bài tập của Froh cho thấy một kết quả ngược lại. Các em cảm thấy ít hạnh phúc, hy vọng và biết ơn hơn.

Vì đâu mà những bài tập biết ơn lại khiến các em cảm thấy *tệ hơn?* Lòng biết ơn ẩn chứa khía cạnh nào *không tốt?*

Với những trẻ thích độc lập và tự quản lý cuộc sống của mình, có thể không mấy dễ chịu với các em khi nhận ra mình phụ thuộc thế nào, trong quá trình trưởng thành. Các em có thể đã thấy như người lớn đang giật dây đời mình – kiểm soát xem các em ăn gì, học gì, mặc gì và đi chơi với ai. Khi đó các em cảm thấy muốn dựa vào bản thân mình nhiều hơn là biết ơn ai đó khác. Cảm giác của các em về sự độc lập chỉ còn là một ảo ảnh, nhưng là một ảo ảnh cần thiết cho cân bằng tâm lý và sự phát triển trong tương lai của của cuộc sống độc

lập chín muồi. Việc thiếu lòng biết ơn của các em có thể là cách mà các em lưu giữ ảo ảnh, rằng mình đang được kiểm soát cuộc sống của chính mình. Froh băn khoăn liệu những can thiệp của ông có hướng các em nhận ra cuộc sống của các em đang phụ thuộc vào sự hy sinh hay ý thích của những người khác. Các em cảm thấy không vui, vì luôn có mọi người đứng ra làm mọi việc cho các em. Thay vào đó, điều này làm các em cảm thấy mình chẳng có chút sức mạnh nào.

*

Bài học rút ra từ nghiên cứu của Jeffrey Froh không phải là việc xã hội nên ngừng dạy trẻ về lòng biết ơn. Chắc chắn là có một số trẻ tiến bộ lên sau khi rèn luyện theo chương trình này. (Thực tế, Froh vẫn rất ủng hộ khi biết một trong số các sinh viên của mình gần đây tiến hành thử nghiệm chương trình dạy về lòng biết ơn kéo dài năm tuần tại các trường.) Tuy nhiên, với hầu hết trẻ em, không dễ gì dạy được lòng biết ơn cho các em, chúng ta cũng không thể xem thường một điều rằng, lòng biết ơn không thể thay thế cho các nhu cầu tâm lý học khác chỉ vì chúng ta muốn như vậy.

Giá trị thực sự từ câu chuyện của Froh, tuy vậy, vẫn không dừng lại ở các nghiên cứu về lòng biết ơn. Chúng ta đề cập tới vì chúng ta nghĩ rằng, toàn bộ những phát triển của ông vẫn được minh họa từ rất nhiều khía cạnh.

Khi quay lại xem xét khối lượng rất nhiều kết quả các công trình nghiên cứu mà cuốn sách này dựa vào, một mẫu hình thú vị được phác ra. Hầu hết những điểm đáng lưu ý khi ta nhận định về sự phát triển của trẻ em đều được phát hiện ra khi nghiên cứu viên đưa ra hai nhận định như Froh từng làm.

Hoặc, nói một cách quan trọng hơn: kho tàng tri thức về trẻ em sẵn sàng dành cho những ai từ bỏ vì còn chưa thấu hiểu một trong hai nhận định trên.

Nhận định đầu tiên, là những điều có hiệu quả với trẻ em cũng có cùng tác động với người lớn. Để đặt tên cho xu hướng tham chiếu này, hãy tạm gọi là Ngụy biện về sự Đồng Tác động.

Trong cuốn sách của chúng tôi, chương này qua chương khác, các nhà khoa học chỉ thấy được sự thấu suốt nếu gạt định kiến qua được một bên. Coi nghiên cứu như đã ngủ yên. Từ lâu nay, mọi người vẫn coi trẻ em chịu ảnh hưởng từ mất ngủ cũng như người lớn – mệt mỏi nhưng có thể kiểm soát được. Nhưng khi các nhà khoa học quyết định kiểm tra lại, thì tầm quan trọng của các tác động hủy hoại với trẻ em tăng lên theo cấp số mũ.

Cũng theo cách đó, chúng ta vẫn cho rằng việc đo đếm chỉ số thông minh cho thấy kết quả ổn định với người lớn, cho nên cũng ổn định ở trẻ em. Nhưng không phải vậy - ở trẻ em, những con số này có thể bình ổn hoặc tăng vọt. Và vì người lớn có thể cảm nhận được thông điệp ẩn giấu từ những môi trường đa văn hóa, chúng ta cho rằng trẻ con cũng vậy. Thực tế là không.

Và đây thêm một ví dụ nữa về tính thiếu chính xác trong cách tiến hành. Trong chương viết về chương trình *Công cụ Trí tuệ,* chúng ta mô tả những trò diễn mà trẻ nhập vai để làm

chủ những biểu tượng tượng hình, điều sớm trở thành cần thiết với mọi chương trình giảng dạy học thuật khác. Nhưng điểm quan trọng có lẽ không bao giờ được chú ý nếu cộng đồng không nổi lên những cuộc tranh luận về mục đích sử dụng giờ rỗi của các bạn trẻ, cũng như tầm quan trọng của giờ ra chơi ở trường. Thay vào đó, các luận điểm bao giờ cũng xoay quanh các bài tập và các kỹ năng xã hội của trẻ. Điều này có nguyên nhân vì, với người lớn, giờ chơi của các em làm bay mất sự cố gắng của các em và trẻ chỉ còn biết thư giãn với bạn bè. Đúng là có vài điểm chắc chắn có liên quan tới trẻ em, nhưng rõ ràng cái khuôn khổ gò bó trong suy nghĩ của những người lớn đã làm chúng ta phóng đại mục đích vui đùa chính của trẻ.

Ngụy biện về sự Đồng Tác động cũng giúp giải thích tại sao khen trẻ bị phản tác dụng. Trong nhiều nghiên cứu khác nhau, tán dương được cho thấy nhiều tác động tích cực với người lớn trong công việc. Trẻ đang lớn cũng rất thích được khen. Khen có thể hủy hoại động lực bên trong của trẻ, mà không hề có tác động này với người lớn. Có một tác động ngược lại – được sếp khen chỉ làm những người lớn hăng hái lao động hơn, nhất là giới trí thức. (Chỉ với một số ít hoàn cảnh, như một vài địa điểm làm việc của nhóm trí thức, khen được coi là không đáng tin và mánh khóe.) Điều này có nguồn gốc từ việc chúng ta ai cũng thích được khen tới mức ta có cảm giác cứ trút lên trẻ con là thế nào cũng có lợi cho trẻ.

Nhận định lầm thứ hai, như đã được mô tả từ nghiên cứu của Froh, là các điểm tích cực sẽ mang lại sự đối nghịch cần thiết, giúp phòng tránh thái độ tiêu cực ở trẻ em. Hãy tạm gọi xu hướng này là Ngụy biện về sự Phân chia Tốt/ Xấu.

Khuynh hướng phân loại mọi điều thành tốt và xấu với trẻ em lan tràn khắp xã hội của chúng ta. Chúng ta thường nghĩ rằng thái độ đúng đắn, cảm xúc tích cực và các kết quả tốt là một bộ đi kèm: những điều tốt liên kết lại sẽ giúp trẻ tránh được thái độ không đúng mực, cảm xúc tiêu cực, như trộm cắp, cảm thấy chán nản, căng thẳng, cô lập bạn bè, có các hành vi tình dục sớm, đầu hàng sớm trước áp lực từ bạn bè.

Khi Ashley và tôi lần đầu bắt tay làm cuốn sách này, chúng tôi viết ra một danh sách về những đức tính tốt đẹp mà chúng tôi mong chờ nhất ở trẻ em – khoan dung, trung thực, biết cảm thông, chơi đẹp. Nếu có thể bao bọc các em bởi những đức tính tốt đẹp đến thế này, chúng tôi hy vọng rắc rối sẽ bật ra khỏi các em như những viên đạn bật ra khỏi cơ thể của Siêu nhân.

Khi Victoria Talwar dạy chúng tôi rằng một trẻ đang cư xử không trung thực tức là em có dấu hiệu của trí thông minh và kỹ năng xã hội khôn khéo. Nancy Darling giải thích tại sao sự mánh khóe ở trẻ lại gần như đã trở thành phần quan trọng trong phát triển tính cách ở trẻ vị thành niên. Nghiên cứu của Laurie Kramer cho ta thấy vì đâu mà sự tử tế mù quáng lại khiến cho tình cảm anh chị em đi chệch hướng. Patricia Hawley và Antonius Cillesen khám phá ra vì đâu sự cảm thông lại trở thành công cụ tốt nhất cho những kẻ ma quỷ: một trẻ bình thường rất giỏi hiểu bạn thân của mình – và cũng biết bạn mình hiểu mình như vậy. Tất nhiên là cũng phải nhắc tới một công trình nghiên cứu về những người phạm tội đặc biệt nghiêm trọng đang được giam giữ trong tù, có chỉ số cảm xúc (EQ) cao hơn hầu hết những người khác thuộc cộng đồng.

Nói như vậy không có nghĩa chúng ta thả trôi những mơ ước của chúng ta về đạo đức,

phẩm chất của trẻ. (Vì ta vẫn dạy trẻ cảm ơn và "chơi đẹp.") Nhưng chúng ta không còn nghĩ về những đức tính tốt đẹp đó nữa – một thứ siêu hợp chất tinh thần.

Các nhà nghiên cứu đã kết luận rằng những điều tốt hay xấu không hề là những cực đối lập của một hình ảnh. Đó là một khái niệm thuật ngữ gọi là trực giao – độc lập trong tương tác.

Vì điều này, ta sẽ không thấy như trẻ đang xử sự mâu thuẫn. Một trẻ có thể có những cảm xúc tích cực *và* tiêu cực – cho nên sự thật là có bạn trai mới sẽ không làm cô bé tuổi teen hết căng thẳng vì những áp lực ở trường. Có thể hành động và lời nói của trẻ sẽ chẳng có gì liên hệ với nhau. Trẻ có thể biết hoa quả thì ngon và tốt cho sức khỏe, nhưng như thế không có nghĩa trẻ sẽ ăn nhiều quả hơn.

Rất nhiều yếu tố trong đời chúng – tương tác giữa anh chị em ruột, áp lực từ bạn bè, xung đột trong hôn nhân của cha mẹ hoặc ngay cả lòng biết ơn – có thể đều có ảnh hưởng tốt hoặc xấu.

Bất chấp những mâu thuẫn này, mục tiêu của chúng ta là hiểu trẻ hơn nữa, không phải là mục tiêu phù phiếm. Thực tế, chính từ nghiên cứu những khía cạnh đối lập đó một cách sâu sắc hơn giúp chúng ta hiểu sâu xa hơn.